ธรรมบรรณาการ



ในงานพระราชทานเพลิงศพ

พ.ต.ต. จวน อรุณฤกษ์

ณ ฌาปนสถานกองทัพบก วัดโสมนัสวิหาร

วันที่ ๒๑ เมษายน พ.ศ. ๒๕๑๖

ขอขอบพระคุณท่านเจ้าของบทธรรม และ และคำไว้อาลัยทุก ๆ ท่านที่มีส่วนร่วมในธรรมทาน ในครั้งนี้ และขอขอบพระคุณทุกท่านที่เคารพนับถือ ตลอดญาติมิตรทั้งหลาย ที่กรุณาให้เกียรติไปร่วม ในงานพระราชทานเพลิงศพ พ.ต.ต. จวน อรุณฤกษ์ ครั้งนี้

หากมีการขาดตกบกพร่อง ขอได้โปรดประทานอภัยด้วย

เจ้าภาพ



ธรรมบรรณาการ



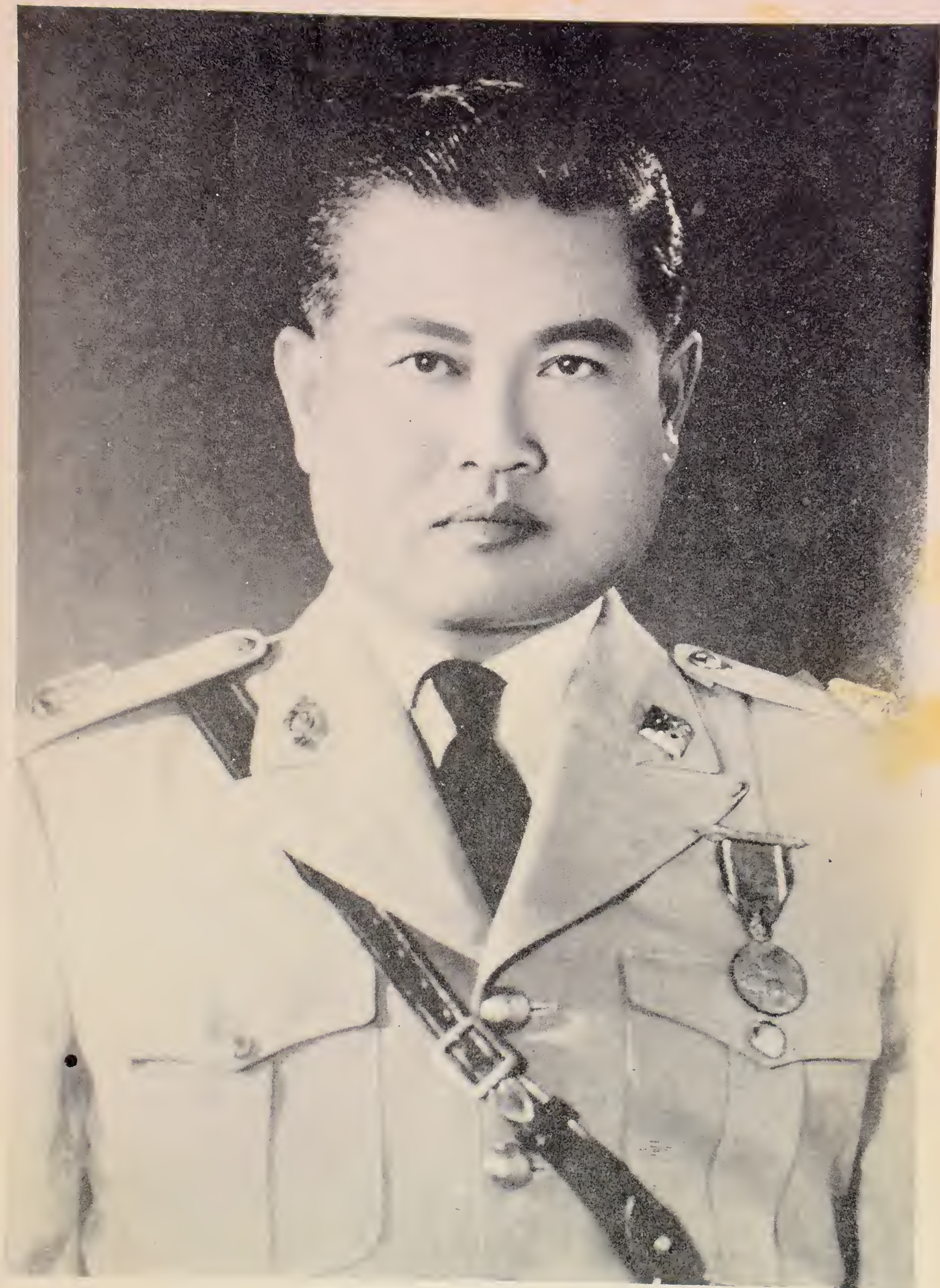
ในงานพระราชทานเพลิงศพ

พ.ต.ต. จวน อรุณฤกษ์

ณ ฌาปนสถานกองทัพบก วัดโสมนัสวิหาร

วันที่ ๒๑ เมษายน พ.ศ. ๒๕๑๖

6661



พ.ต.ต. จวน อรุณฤกษ์

ชาตะ ๘ พฤษภาคม ๒๔๕๙

มรณะ ๘ กรกฎาคม ๒๕๑๕

ประวัติย่อ

พ.ต.ต. จวน อรุณฤกษ์ เป็นบุตรนายแขมนางคร้าม อรุณฤกษ์ เกิดเมื่อวันที่ ๘ พฤษภาคม พุทธศักราช ๒๔๕๙ ตรงกับปีมะเส็ง ที่บ้านช่างเหล็ก ตำบลช่างเหล็ก อำเภอราชคราม จังหวัดพระนครศรีอยุธยา มีพี่น้องร่วมบิดามารดา ๖ คน และ พ.ต.ต. จวน อรุณฤกษ์ ได้สมรสกับนางสาวละออ มีบุตรด้วยกัน ๓ คน คือ

๑. นายสุจริต อรุณฤกษ์

๒. นายจรัส อรุณฤกษ์

๓. พล ฯ สมัครไพบูลย์ อรุณฤกษ์

ต่อมานางละออได้ถึงแก่กรรมเมื่อ พ.ศ. ๒๔๘๕ พ.ต.ต. จวน อรุณฤกษ์ จึงได้ทำการสมรสกับ น.ส. คำหล่ง สุวรรณพ เมื่อ พ.ศ. ๒๔๙๐ มีบุตรธิดาด้วยกัน ๖ คน คือ

๑. นางจีราภรณ์ จตุรพรจันทร์

๒. ปสนฺนจิตฺโต ภิกขุ (จิรพงษ์ อรุณฤกษ์)

๓. นายจิรศักดิ์ อรุณฤกษ์

๔. น.ส. ไพรวนา อรุณฤกษ์

๕. น.ส. จิรภา อรุณฤกษ์

๖. ด.ญ. อารีรัตน์ อรุณฤกษ์

ต่อมานางคำหล่ง อรุณฤกษ์ ได้ถึงแก่กรรมไปอีกเมื่อวันที่ ๑๖ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๐๙ พ.ต.ต. จวน อรุณฤกษ์ ก็ได้ครองความโสดตลอดมา ถึงแก่กรรมเมื่อวันที่ ๘ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๑๕ ที่โรงพยาบาลตำรวจด้วยโรคลำไส้ใหญ่แตก และเป็นฝีในช่องท้อง ศิริรวมอายุได้ ๕๖ ปี

ประวัติราชการ

พ.ต.ต. จวน อรุณฤกษ์ ได้เข้ารับราชการเป็นพล ฯ ตำรวจประจำสถานีตำรวจภูธร อำเภอแม่สะเรียง จังหวัดแม่ฮ่องสอน เมื่อวันที่ ๑๒ มิถุนายน พ.ศ. ๒๔๗๙ และได้รับการโยกย้ายและเลื่อนยศขึ้นโดยลำดับดังนี้

๑ เมษายน พ.ศ. ๒๔๘๑ ได้เลื่อนเป็น ส.ต.ต.

๑ เมษายน พ.ศ. ๒๔๘๔ ดำรงตำแหน่งผู้บังคับหมู่ ส.ภ.อ. แม่สะเรียง จังหวัดแม่ฮ่องสอน

๑ เมษายน พ.ศ. ๒๔๘๖ ได้เลื่อนยศเป็น ส.ต.ท.

๑ มกราคม พ.ศ. ๒๔๙๐ ได้เลื่อนยศเป็น ส.ต.อ.

๑ กันยายน พ.ศ. ๒๔๙๑ ได้เลื่อนยศเป็น จ.ส.ต.

๑ เมษายน พ.ศ. ๒๔๙๒ ย้ายไปเป็นหัวหน้าสถานีตำรวจภูธรท่าตาฝั่ง จังหวัดแม่ฮ่องสอน

๑ มกราคม พ.ศ. ๒๔๙๗ ย้ายไปเป็นหัวหน้าสถานีตำรวจภูธรแม่ลาหลวง จังหวัดแม่ฮ่องสอน

๑ มกราคม พ.ศ. ๒๔๙๘ ได้เลื่อนยศเป็นว่าที่ ร.ต.ต.

๔ เมษายน พ.ศ. ๒๔๙๙ ย้ายไปเป็นผู้บังคับหมวดกองเมือง จังหวัดแม่ฮ่องสอน

๑ กันยายน พ.ศ. ๒๕๐๐ ได้เลื่อนยศเป็น ร.ต.ท. ย้ายไปเป็นผู้บังคับหมวดสถานีตำรวจภูธร อำเภอแม่สะเรียง จังหวังแม่ฮ่องสอน

๑๗ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๐๒ ย้ายไปเป็นผู้บังคับหมวด สถานีตำรวจภูธร อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่

๑ มกราคม พ.ศ. ๒๕๐๘ ได้เลื่อนยศเป็น ร.ต.อ.

๑ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๑๐ ย้ายไปเป็นผู้บังคับกอง สถานีตำรวจภูธร อำเภอวังชิ้น จังหวัดแพร่

๑ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๑๔ ย้ายไปเป็นผู้บังคับกอง สถานีตำรวจภูธร อำเภอกุดชุม จังหวัดอุบลราชธานี (ยโสธร)

๑ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๑๔ ได้เลื่อนยศเป็น พ.ต.ต.

๘ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๑๕ ได้ถึงแก่กรรมที่โรงพยาบาลตำรวจ

เครื่องราชอิสสริยาภรณ์ และเหรียญที่ได้รับระหว่างรับราชการ

๒๔ มีนาคม พ.ศ. ๒๔๘๖ เหรียญชัยสมรภูมิ และเหรียญเงินบรมราชาภิเษก

๕ ธันวาคม พ.ศ. ๒๔๙๘ เหรียญจักรมาลา

๕ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๐๒ เหรียญเบญจมาภรณ์มงกุฎไทย

๕ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๑๒ เหรียญจัตุรถาภรณ์มงกุฎไทย

คติธรรม

ชีวิตคือการต่อสู้ ถ้าใครไม่กล้าสู้กับความจริง ก็ไม่สามารถดำเนินชีวิตให้ราบรื่นไปได้ เพราะสิ่งแวดล้อมเย้ายวนมีมากมาย และจิตใจของคนเราก็ชอบหวั่นไหวไปกับสิ่งเย้ายวนต่าง ๆ นั้นได้ง่าย ฉะนั้นอนาคตของเราจึงผิดหวังกันเสียส่วนมาก

แต่ชีวิตของ พ.ต.ต. จวน อรุณฤกษ์ นั้นนับว่าเป็นชีวิตที่น่าศึกษา และเป็นชีวิตที่บรรดาลูกหลาน และผู้ใต้บังคับบัญชาควรจะภูมิใจและศึกษาเอาไว้เป็นตัวอย่าง เพราะ พ.ต.ต. จวน ได้ต่อสู้กับชีวิตมาอย่างโชกโชน โดยถือถิ่นกำเนิดที่ลุ่มแม่น้ำเจ้าพระยา แต่ไปใช้ชีวิตอยู่ตามหุบเขาจังหวัดแม่ฮ่องสอน โดยปฏิบัติตนตามหลักธรรมที่เรียกว่า วุฒิธรรม คือ ธรรมที่ทำให้ผู้ปฏิบัติตามได้รับความเจริญ จึงสามารถดำเนินชีวิตให้เจริญก้าวหน้ามาได้ถึงขั้นนี้ เราลองมาพิจารณาดูปฏิปทา ของ พ.ต.ต. จวน ตามที่ผ่านมาจะเห็นว่าถูกต้องตามหลักวุฒิธรรมนั้นดังนี้

๑. **สัปปุริสูปสังเสวะ** คบท่านผู้ประพฤติชอบ ด้วย กาย วาจา ใจ เรียกว่าสัตบุรุษ

๒. **สัทธัมมัสสวนะ** ฟังคำแนะนำของท่านโดยเคารพ

๓. **โยนิโสมนสิการะ** ตริตรองให้รู้จักสิ่งดี – ชั่ว โดยรอบคอบ

๔. **ธัมมานุธัมมปฏิปัตติ** ปฏิบัติตนให้เหมาะสมกับความรู้และเหตุการณ์ตามที่ตริตรองดีแล้ว

ผู้ปฏิบัติตามหลักธรรมทั้ง ๔ นี้ ก็จะมีแต่ความเจริญถ่ายเดียว เพราะการคบกับคนดี ก็จะได้รับแต่การแนะนำในทางที่ดี และยินดีน้อมรับคำแนะนำด้วยความเต็มใจ และนำมาไตร่ตรองและปฏิบัติตามไม่เย่อหยิ่งถือตน ก็จะมีแต่ความเจริญแก่ตน ดังภาษิตทางภาคอีสานในหนังสือเรื่อง เสียวสวาทว่า หมอบ ๆ เข้าหัวเท้าง่ายาง ย่างโย้ง ๆ หัวแทบชี้ดิน แนใส่กันไปถืกกะโบงตา เผวอผวาตกอยู่เทิงปลายไม้ดังนี้ ความหมายในภาษิตนี้

บทที่ ๑ ว่า หมอบ ๆ เข้าหัวเท้าง่ายาง หมายความว่า ผู้รู้จักอ่อนน้อมก็จะมีแต่คนเคารพนับถือ ถ้าเปิ่นผู้น้อยผู้ใหญ่ก็เอ็นดูสงสาร ถ้าเปิ่นผู้ใหญ่ผู้น้อยก็เคารพยำเกรงนับถือ สามารถที่จะเชิดคออยู่ได้ทุกสถาน

บทที่ ๒ ว่า ย่างโย้งแทบขี้ดิน นั้นหมายความว่า ผู้ที่ไม่รู้จักอ่อนน้อมต่อผู้ใหญ่ แข็งกระด้าง หัวแข็ง เปิ่นเหตุให้ผู้ใหญ่รังเกียจ ไม่อยากส่งเสริม ถ้าเปิ่นผู้ใหญ่ ผู้อยู่ใต้บังคับบัญชาก็ไม่ชอบ คนเช่นนี้จึงหาความเจริญไม่ได้ ยิ่งวางตัวใหญ่ก็ยิ่งจมลง

บทที่ ๓ ว่า แนใส่ก้นไปถึก (ถูก) กะโบงตา หมายความว่า ตั้งเข็มไว้ว่าจะทำตนให้ดีให้เด่น แต่กลับผิดเป้าหมายกลายเปิ่นชั่วตกอับไปเลย

บทที่ ๔ ว่า เผวอผะวาตกอยู่เทิง (บน) ปลายไม้นี้ หมายความว่าตั้งใจว่าจะทำให้สำเร็จ โดยเข้าใจว่าอยู่ใกล้แค่เอื้อม แต่เพราะดำเนินการผิดไปก็เอื้อมไม่ถึง เหมือนกับสิ่งปรารถนาทั้งอยู่สูงบนยอดไม้ เลยผิดพลาดไปหมด

ฉะนั้นผู้หวังความเจริญแก่ตน จึงควรปฏิบัติตนตามหลักวุฒิธรรมทั้ง ๔ ดังที่ พ.ต.ต. จวน อรุณฤกษ์ ได้ดำเนินเปิ่นตัวอย่างมาแล้ว ก็จะมีแต่ความเจริญแก่ตนและครอบครัววงศ์สกุล

พระครูมานิต รัตนคุณ
วัดพระสิงห์วรวิหาร เชียงใหม่
๒๓ กุมภาพันธ์ ๒๕๑๖

คำไว้อาลัย

ข้าพเจ้าเคยรับราชการร่วมกับ พ.ต.ต. จวน อรุณฤกษ์ มาเป็นเวลานาน ที่จังหวัดแม่ฮ่องสอน จังหวัดเชียงใหม่ และจังหวัดแพร่ ตลอดเวลาที่กล่าวนั้น งานได้ดำเนินไปด้วยความเรียบร้อย แสดงถึงความสามารถของ พ.ต.ต. จวน ข้าพเจ้ารู้สึกชื่นชมผลงาน เมื่อทราบข่าวว่า พ.ต.ต. จวน ถึงแก่กรรม จึงรู้สึกสลดใจและเสียดายที่ต้องสูญเสียผู้ที่มีความสามารถเป็นประโยชน์แก่ทางราชการ ด้วยอำนาจกุศลจรรยาสัมมาปฏิบัติ ซึ่งท่านผู้ล่วงลับได้ปฏิบัติมาเมื่อครั้งยังมีชีวิตอยู่ ได้ทำให้ท่านประสบอิฏฐวิบูลย์มนูญผล ในสัมปรายภพเป็นอันดี

พล.ต.ต. (signature)

รองผู้บัญชาการตำรวจสอบสวนกลาง

ศุกร์ที่ ๓๐ มีนาคม ๒๕๑๖

คำไว้อาลัย

แด่

พันตำรวจตรี จวน อรุณฤกษ์

ด้วยบุตรเขยของพันตำรวจตรี จวน อรุณฤกษ์ ได้มาปรารภให้ทราบว่า บิดาได้ถึงแก่มรณกรรมไปแต่ วันที่ ๘ กรกฎาคม ๒๕๑๕ ขณะที่ยังดำรงตำแหน่งผู้บังคับกองตำรวจภูธรอำเภอกุดชุม จังหวัดยโสธร ขณะนี้ได้เก็บศพไว้ที่วัดโสมนัสวิหาร และญาติพร้อมใจกันจะขอพระราชทานเพลิงศพในวันที่ ๒๑ เมษายน ๒๕๑๖ ณ ฌาปนสถานกองทัพบก วัดโสมนัสวิหาร กรุงเทพมหานคร ในการนี้จะได้จัดทำหนังสือที่ระลึกแจกในงานด้วย ในฐานะที่ข้าพเจ้าเคยเป็นผู้บังคับบัญชาเก่าของ พันตำรวจตรี จวน อรุณฤกษ์ มาสมัยหนึ่ง ใคร่จะได้คำไว้อาลัยไปลงพิมพ์ในหนังสือนั้นด้วยคนหนึ่ง ข้าพเจ้าทราบข่าวมรณกรรมด้วยความสลดใจอย่างยิ่ง และรับปากกับบุตรเขยของผู้ตายไว้ด้วยความเต็มใจที่จะเขียนให้ดังที่ปรากฏแก่ท่านผู้อ่านอยู่นี้

พันตำรวจตรี จวน อรุณฤกษ์ ได้ร่วมรับราชการกับข้าพเจ้าสองสมัย สมัยแรกเมื่อยังมียศเป็นนายสิบ ที่อำเภอแม่สะเรียง จังหวัดแม่ฮ่องสอน ข้าพเจ้าเป็นผู้บังคับกอง และเมื่อพันตำรวจตรี จวน อรุณฤกษ์ ย้ายมาเป็นผู้บังคับหมวด สภ.อ. หางดง จังหวัดเชียงใหม่ ข้าพเจ้าเป็นผู้กำกับการ ฯ เมื่ออยู่ที่ สภ.อ. แม่สะเรียง เราสนิทสนมและเคยร่วมทุกข์ร่วมสุขกันมาก ถึงขนาดนอนกลางดินกินกลางทรายด้วยกันเสมอ อำเภอแม่สะเรียงสมัยนั้นการคมนาคมแสนลำบากมาก จะไปไหนก็ต้องเดินไปทั้งสิ้น พื้นที่ ๆ รับผิดชอบก็มีแต่ป่าเขา ต้องขึ้นเขาลงห้วยไปตลอดทาง ผู้ที่เป็นเพื่อนทุกข์เพื่อนยากในการเดินทางบ่อยที่สุดก็คือ ส.ต.อ. จวน ฯ (ยศขณะนั้น) ส.ต.อ. จวน ฯ จะติดตามข้าพเจ้าไปทุกหนทุกแห่ง ทั้งนี้เพราะ ส.ต.อ. จวน ฯ เป็นคนขยัน อดทนต่อความลำบาก จะเนื่องจากเป็นผู้ที่เคยอยู่กับผู้ปกครองและเจ้านายคนก่อนมาด้วยความมานะอดทน หนักเอาเบาสู้นั่นเอง จึงทำให้เป็นคนมีความอดทนขยันหมั่นเพียรไม่ท้อถอยต่อการงาน อันเป็นที่รักใคร่พอออกพอใจข้าพเจ้ามาก จะไปราชการที่ใดที่ต้องใช้ความอดทนต่อความลำบากจึงมักจะเลือกเอาเขาไปด้วยเสมอ โดยเฉพาะ ส.ต.อ. จวน เป็นคน

ภาคกลาง เรื่องอาหารการรับประทานไปกันได้ด้วย จึงเป็นการสะดวกแก่ข้าพเจ้า เราต้องจากกันไปอย่างที่ไม่มีโอกาสที่จะได้พบหน้ากันอีกเลยเช่นนี้ เมื่อมาหวนคิดถึงความดีที่เคยมีไว้ต่อกันมา จึงทำให้ข้าพเจ้ารู้สึกเศร้าสลดใจอย่างยิ่ง แต่คนเราจะหนีกฎแห่ง "กรรม" ไปไม่พ้น เพราะเป็นเรื่องที่มนุษย์เราทุกรูปทุกนามจะต้องประสบ ต้องเผชิญด้วยกันทั่วหน้าทุกคน ไม่มีใครหลีกหนีหลบพ้นไปได้ สุดแต่ใครจะได้ประกอบกรรมสิ่งใดไว้ เป็นกุศลกรรมหรืออกุศลกรรมก็ตามที เมื่อถึงเวลาถึงคราวแล้ว ก็จะต้องตามสนองให้ได้ประสบโดยถ้วนหน้า นับเป็นเรื่องธรรมดาของโลกโดยแท้

ที่สุด ข้าพเจ้าขอให้กุศลผลบุญราศี ด้วยความดี ที่พันตำรวจตรีจวน อรุณฤกษ์ ได้กระทำมาด้วยดี ด้วยกุศลผลบุญที่ญาติมิตรบำเพ็ญกุศลอุทิศให้ ขอจงเป็นพลปัจจัยเกื้อหนุนอำนวยส่งให้ดวงวิญญาณของ พันตำรวจตรี จวน อรุณฤกษ์ ได้ไปสู่สุคติเสวยสุข ณ สัมปรายภพตลอดไปเถิด

พันตำรวจเอก มังกร ชื่นมนุษย์

คำไว้อาลัย

แด่

พ.ต.ต. จวน อรุณฤกษ์

ปี ๒๕๑๓ วันที่ ๑๖ กุมภาพันธ์ ข้าพเจ้าได้ไปรักษาการในตำแหน่งนายอำเภอวังชิ้น จังหวัดแพร่ ด้วยระยะเวลาเพียง ๓ เดือน ได้มีโอกาสร่วมงานกับ ร.ต.อ. จวน อรุณฤกษ์ (ยศในขณะนั้น) ต่อจากนั้นอีกหนึ่งปีเศษข้าพเจ้าได้กลับมาดำรงตำแหน่งนายอำเภอลอง จังหวัดแพร่ ร.ต.อ. จวน ก็ได้ย้ายไปดำรงตำแหน่ง ผบ. กอง สภ. อ. กุดชุม ข้าพเจ้ายังได้มีโอกาสพบปะและเลี้ยงส่งก่อนเดินทางไปรับตำแหน่งใหม่ด้วย และต่อมาได้รับพระราชทานยศเป็น พ.ต.ต. ยังความยินดีแก่ข้าพเจ้าเป็นอย่างมาก

แม้จะเป็นระยะเวลาอันสั้น นับแต่วันแรกที่ข้าพเจ้าพบ ข้าพเจ้าก็ชอบบุคคลิกอันนิ่มนวลและความเป็นผู้ใหญ่ของท่านผู้นี้ บ้านพักนายอำเภอกับ ผบ. กองนั้นอยู่ใกล้กัน เราจึงได้มีโอกาสพบปะใกล้ชิดกันมากขึ้น จึงทำให้ความผูกพันเหมือนญาติสนิท แม้แต่จะย้ายไปอยู่อำเภอกุดชุม ข้าพเจ้าก็ยังติดตามข่าวคราวของท่านผู้นี้เสมอมา

งานในหน้าที่ที่ต้องร่วมมือกันเป็นอย่างมากนั้น เป็นที่ปรากฏแก่ชาวอำเภอวังชิ้นแล้วว่า ความสงบเรียบร้อยในฐานะผู้ให้การสันติราษฎร์ นั้นปกคลุมแผ่ขยายไปทั่วทั้งอำเภอ หลายครั้งที่เรามีโอกาสตรวจเยี่ยมท้องที่ร่วมกัน แม้อายุจะมากแต่เต็มไปด้วยประสพการณ์ และความทรหดอดทน ด้วยใจสู้ในหน้าที่ทำให้ข้าพเจ้าอดชมและสรรเสริญไม่ได้

กลางดึกของคืนวันหนึ่ง กำนันตำบลแม่ป้าก ได้พาร่างผอมบางด้วยวัย ๖๐ ปีเศษมาปลุกผู้กองจวน เพื่อขอนัดหมายออกจับผู้ร้ายสำคัญในใกล้รุ่งของคืนวันนั้น ข้าพเจ้าได้ยินเสียงเรียกจึงลุกขึ้นมาดู ตั้งแต่ตี ๒ จนถึงตี ๕ นาฬิกา ผู้กองจวนยังคุยกับกำนัน ก่อนสว่างข้าพเจ้าได้ทราบว่าผู้กองจวน กำนันพร้อมด้วยกำลังตำรวจออกจับกุมผู้ร้ายแล้ว........ นี่คือชีวิตของตำรวจในอันที่จะพิทักษ์สันติของประชาชน นี่คือฉากหนึ่งของชีวิตราชการที่ข้าพเจ้าพบ และยังจำได้ ข้าพเจ้าคิดหวังว่าในชีวิตราชการนั้นคงจะได้มีโอกาสได้ทำงานร่วมกันอีก ในอำเภอใด

อำเภอหนึ่งข้างหน้าเป็นแน่ แต่เมื่อมาทราบข่าวการมรณกรรมของท่านผู้นี้ จึงทำให้เกิดความรู้สึกเสียใจเป็นอย่างมาก เหมือนข้าพเจ้าสูญเสียญาติสนิทคนหนึ่ง

ข้าพเจ้าจึงขอร่วมแสดงความเสียใจและอาลัยกับบุตรหลานครอบครัวและญาติมิตรของ พ.ต.ต. จวน ไว้ ณ ที่นี้ ขอให้กุศลกรรมที่ได้ประกอบไว้เมื่อครั้งยังมีชีวิตอยู่เป็นผลดลบันดาลให้วิญญาณของ พ.ต.ต. จวน ไปสู่สุคติในสัมปรายภพเทอญ.

(นายวิมล พวงทอง)
นายอำเภอลอง จังหวัดแพร่

อาลัยพ่อ

คุณพ่อผู้บังเกิดเกล้าของลูกได้ถึงแก่กรรมไปแล้ว แต่พระคุณของคุณพ่อที่มีต่อลูกตลอดนั้น ยังฝั่งอยู่ในความทรงจำของลูกอย่างแนบแน่นและอาลัยยิ่ง แม้ลูกจะตระหนักดีว่าธรรมดาของสังขาร ย่อมมีความเสื่อมสิ้นไปเป็นธรรมดาก็ตาม ลูกก็ยังไม่อาจสกดความสะเทือนใจไว้ได้ เพราะคุณพ่อมีความสำคัญยิ่งใหญ่สำหรับลูกเสมอ คุณพ่อเป็นพระของลูก พระคุณของพ่อยิ่งใหญ่จนลูกไม่สามารถหาคำใดมากล่าวให้เหมาะสมกับคุณความดีของคุณพ่อที่มีต่อลูกได้

เมื่อคุณพ่ออยู่ลูกรู้สึกอบอุ่น เพราะคุณพ่อเป็นบุคคลที่รักลูกอย่างแท้จริง คุณพ่อเป็นร่มโพธิ์ร่มไทรอันให้ความร่มรื่นแก่ลูก ตามปกติคุณพ่อเป็นคนเข้มแข็งและขยันในหน้าที่มีใจกว้างขวางให้ความเอื้อเฟื้อแก่คนอื่นอย่างถ้วนทั่ว ไม่ว่าคุณพ่อจะย้ายไปปฏิบัติหน้าที่ที่ไหนก็ตาม ก็มีแต่คนรักคุณพ่อ คุณพ่อรักหน้าที่เป็นชีวิตจิตใจ เป็นแบบอย่างที่ดีแก่ลูกเสมอมา

บัดนี้ลูกมีคุณพ่อในส่วนที่เป็นนาม ในส่วนของรูปลูกไม่มีคุณพ่อเสียแล้ว ลูกจึงรู้สึกอ้างว้างและอาลัยในคุณพ่อเป็นอย่างยิ่ง ลูกจะระลึกถึงพระคุณของคุณพ่อเช่นนี้ตลอดไปชั่วชีวิตของลูก และลูกขออธิษฐานจิตขออุทิศบุญกุศล ที่ลูกได้สั่งสมมาแต่ในอดีต และที่กำลังทำอยู่ในปัจจุบัน กับทั้งที่จะทำต่อไปในอนาคต รวมกับบุญกุศลและคุณความดีของคุณพ่อที่ได้ทำมาโดยตลอด เป็นปัจจัยดลบันดาลให้ดวงวิญญาณของคุณพ่อจงไปสู่สุคติเกษมสำราญในสัมปรายภพนั้นเทอญ

ลูกของคุณพ่อ

มรณานุสติแด่คุณพ่อ......

นรชาติวางวาย　　มลายสิ้นทั้งอินทรีย์
สถิตทั่วแต่ชั่วดี　　ประดับไว้ในโลกา

ครั้งหนึ่ง .... แม่ดับสิ้น　　ลมปราน
ทุกข์สุมดุจเพลิงผลาญ　　มอดไหม้
ครั้งที่สอง .... พ่อมาพาน　　ดับร่าง อีกนอ
ทุกข์ทวีทับถมให้　　อกโอ้ อาวรณ์

รอน รอน ใจเจียนขาด　　ให้อนาถขาดหลักชัย
พ่อแม่ ด่วนจากไป　　บ่ มิกลับ คืนกายมา
ทิ้งลูกให้ ว้าเหว่　　กายซวนเซคร่ำครวญหา
ลูกต้อง เป็นกำพร้า　　ขาดร่มแก้ว โพธิ์ ไทร ทอง

จิตหมองหม่นอกช้ำ ร่ำเทวษ
แสนสมเพท เวทนา หาใดเหมือน
เหมือนดาวหล่น ล่วงจากฟ้า บ่มาเยือน
เหลือคำเตือน พ่อสั่งทำ แต่กรรมดี

จวบธรณีสามโลกนี้　　รวมกัน
อีกแผ่นฟ้าห้วงมหรร　　ณพ กว้าง
บ่ เทียบ บ่ เทียมทัน　　พระคุณพ่อ แม่นา
ลูกสุดเอ่ยคำอ้าง　　พจน์เอื้อน สรรเสริญ

อัญเชิญ สิ่งศักดิ์สิทธิ์ ทั่วทุกทิศ ในโลกา
โปรดนำ ดวงวิญญา พ่อแม่สู่ สรวงสวรรค์
ที่นั่น ใสสะอาด ผ่องพิลาศ วิลาวัลย์
ไร้ความ เบียดเบียนกัน ถิ่นนั้นคือ วิมานแมน
ลูกผู้ อยู่ข้างหลัง จะขอตั้ง ใจทดแทน
ไม่กลัว ความยากแค้น จะยิ้มอยู่ สู้ยิบตา
เกิดอีกใน ภพไหน ขอจงได้กำเนิดมา
จากบิดุ และ มาตา เป็นดั่งนี้ นิรันดร

อ่อนระทวย ระทดจิต คิดไม่ถูก
เหล่าลูก ๆ ขอฝากกลอน อักษรใส
แทนธูปหอม แทนข้าวตอก แลดอกไม้
น้อมกราบไหว้ วิญญาณพ่อ ผู้อารีย์

อีกทั้งแม่ ผู้ล้ำเลิศ ประเสริฐภพ
ลูกน้อมนพ กราบไหว้ ไม่หมองศรี
พระคุณท่าน ล้นฟ้า ล้นธาตรี
เหล่าลูกมี มานะมั่น กตัญญู

จะตั้งหน้า เสริมสร้างในทางถูก
จะพันผูก ในกรรมดี ที่งามหรู
จะรักเกียรติ์ รักกำเนิด จะเชิดชู
จะกอบกู้ สกุลชาติ พิลาศพิไล

ให้สกุล "อรุณฤกษ์" เบิกฟ้ากว้าง
ประดุจทาง ช้างขาว พราวไสว
จวบจนสิ้น ดินฟ้า สุราลัย
ลูกกราบไหว้ สักการ เท่านานเอย ฯ

"ปูชาจะ ปูชะนี ยานัง เอตัมมัง คะละมุตตะมัง"
บูชาบุคคลที่ควรบูชา เป็นมงคลอันสูงสุด

จากลูก........

นางจิราภรณ์ จตุรพรจันทร์ นายจิรศักดิ์ อรุณฤกษ์
นางสาวไพรวนา อรุณฤกษ์ นางสาวจิรภา อรุณฤกษ์
เด็กหญิงอารีย์รัตน์ อรุณฤกษ์

พระคุณของพ่อ

พระ อรหันต์ชั้นอุดมหรือพรหมเมศร์
คุณ วิเศษมิได้ใหญ่ไปกว่าพ่อ
ของ พ่อใหญ่ใกล้ลูกผูกพนอ
พ่อ จำพ่อลูกนี้คิดเป็นนิตย์ เอย

มนุษย์หลากมากมายหลายพันล้าน
ที่แผ่ซ่านซอนพิภพอยู่จบสิ้น
จะชั่วดีมีจนบนแผ่นดิน
ทุกคนสิ้นถือกำเนิดเกิดจากคน

อันชายใดให้กำเนิดเกิดมนุษย์
โลกสมมติชื่อไว้ให้เป็นผล
ว่า "พ่อ–พ่อ" มาแต่เดิมที่เริ่มตน
เพราะเป็นต้นเดิมก่อหล่อลูกไว้

แม้จะจนทนทุกข์เพราะลูกรัก
ท่านสู้หักห้ามทุกข์เป็นสุขใส
เห็นหน้าลูกทุกข์หายสบายใจ
เหมือนดังได้ยาหอมมาดอมดม

เมื่อยามลูกอยู่ในท้องของคุณแม่
ท่านเฝ้าแต่ไต่ถามตามผงม
ถึงมิได้อุ้มท้องต้องระทม
แต่ใจตรมครุ่นตรองเหมือนท้องตัว

ท่านสำนึกรู้สึกว่ามีลูก
ใจท่านผูกพันรำพึงถึงไปทั่ว
เพราะท่านรับผิดชอบในครอบครัว
ท่านรู้ตัวว่าเป็นพ่อด้วยพอใจ

ท่านยิ้มแย้มแจ่มใสเอาใจแม่
ด้วยเห็นแก่ลูกในท้องจะหมองไหม้
หวังให้ลูกนี้ได้คลอดด้วยปลอดภัย
ท่านห่วงใยอยากให้บุตรสุดสบาย

มีดวงจิตคิดภาวนาหนัก
ให้ลูกรักเลิศล้นคนทั้งหลาย
ถ้าเป็นชายก็ให้จริงยิ่งกว่าชาย
เป็นหญิงหมายให้จริงยิ่งหญิงนัก

เมื่อลูกรอดคลอดจากครรภ์ยิ่งหรรษา
มีเมตตารักใคร่อาลัยหนัก
มีกรุณาปรานียินดีนัก
เฝ้าฟูมฟักเลี้ยงบุตรจนสุดแรง

จะมีลูกสักกี่คนไม่ย่นย่อ
ดูใจคอท่านยิ่งเค็มและเข้มแข็ง
ยิ่งลูกใหญ่ย้ายกันอยู่ยิ่งดูแรง
เหมือนส่งแสงงามวิจิตรให้บิดา

ลูกทุกคนรักกันฉันท์พี่น้อง
ที่ต่างต้องร่วมพ่อก่อพงศา
ร่วมโลหิตติดต่อจากพ่อมา
ถึงแม้ว่าจากกันไปก็ไม่ลืม

ถึงคราวช่วยช่วยกันไม่หันห่าง
ทุกคนต่างรักล้ำกันด่ำดื่ม
เพราะเลือดพ่อหล่อหัวใจใครจะลืม
มีแต่ปลื้มปลงจิตสนิทใจ

นี่แหละพ่อก่อตนคนที่หนึ่ง
เป็นที่พึ่งบุตรธิดาได้อาศัย
เหมือนร่มกั้นกันฝนให้พ้นภัย
มนุษย์ในโลกนี้มีทุกคน

พระคุณท่านนั้นประมาณไม่สิ้นสุด
แม้สมมติเอาแผ่นดินสิ้นแห่งหน
เป็นหมึกก้อนผ่อนละลายในสายชล
ให้ทั่วหนแห่งสมุทรสุดนที

แล้วเอาเขาพระสุเมรุที่เด่นหล้า
เป็นปากกาจุ่มหมึกบันทึกที่
เอาท้องฟ้าเป็นกระดาษวาดคดี
แล้วเขียนชี้ชมบุญคุณบิดา

เขียนจนสิ้นดินฟ้ามหาสมุทร
เขียนจนสุดพระสุเมรุที่เด่นหล้า
แต่ไม่สุดสิ้นบุญคุณบิดา
จึงนับว่าใหญ่ยิ่งกว่าสิ่งใด

ท่านรักลูกรักแม่แน่ที่สุด
มิได้หยุดหาทรัพย์รับจ่ายให้
เป็นหัวหน้าพาสกุลให้อุ่นใจ
ไม่มีใครเกินท่านทุกด้านแล ฯ

โดย พระธรรมทัศนาธร (สุทัสสเถระ)

วัตถุที่เสียไปแล้วอาจหามาทดแทนได้ แต่ชื่อเสียงเกียรติยศที่เสียไป ไม่อาจหามาทดแทนได้เลย การต้องเสียชื่อเสียงเกียรติยศ จึงเป็นการเสียที่ใหญ่โตร้ายแรงมาก และอำนาจของโทสะนี้แหละ จะทำให้เกิดการเสียหายที่ใหญ่โตเช่นนั้นได้ จึงควรรังเกียจโทสะให้อย่างยิ่ง ควรพยายามทุกวิถีทางที่จะไม่ให้โทสะสร้างอำนาจขึ้นในจิตใจ

การเพ่งดูผู้อื่นทำให้ตนเองไม่เป็นสุข แต่การเพ่งดูใจตนเองทำให้เป็นสุขได้ แม้กำลังโกรธมาก หากเพ่งดูใจตนเองให้เห็นว่ากำลังโกรธมาก ความโกรธก็จะลดลง เมื่อความโกรธน้อย หากเพ่งดูใจตนเองให้เห็นว่ากำลังโกรธน้อย ความโกรธก็จะหมดไป จึงกล่าวได้ว่า ไม่ว่าจะกำลังมีอารมณ์ใดก็ตาม โลภ หรือโกรธ หรือหลงก็ตาม หากเพ่งดูใจตนเองให้เห็นอารมณ์นั้นแล้ว อารมณ์นั้นจะหมดไป ได้ความสุขมาแทนที่ ทำให้มีใจสบาย ทุกคนอยากสบาย แต่ไม่ทำเหตุที่จะให้เกิดผลเป็นความสบาย ดังนั้นจึงยังหาผู้สบายได้น้อยเต็มที

การให้กับการดับความปรารถนาต้องการ จะเกิดขึ้นพร้อมกันเสมอ ถ้าการให้นั้นเป็นการให้ เพื่อลดกิเลสคือความโลภในใจตน มิได้เป็นการให้

เพื่อหวังผลตอบแทนที่ยิ่งกว่า มีผลตอบแทนที่ยิ่งกว่าเพียงอย่างเดียว ที่หวังได้ เมื่อจะให้สิ่งหนึ่งสิ่งใดแก่ผู้ใด จะไม่เป็นการเพิ่มความโลภความปรารถนาต้องการ ผลตอบแทนนั้นคือบุญ เพราะบุญเป็นความดี เป็นเหตุดี จักให้ผลดี ให้เพื่อลดความโลภ หรือให้เพื่อหวังผลตอบแทนที่ยิ่งกว่าเป็นบุญเป็นกุศล จึงเป็นการให้ที่อยู่ในขอบข่ายเดียวกันได้ ควรทำให้ได้เสมอ ๆ การทำเหตุดีเสมอย่อมจักได้ผลดีเสมอ การให้เพื่อดับความปรารถนาต้องการ เพื่อทำความโลภให้ลดน้อยลงหรือเพื่อบุญกุศล เป็นเหตุดีทั้งนั้น จักให้ผลดี เป็นความสุข ความสงบเย็นจากความโลภทั้งนั้น

โดย พระสาสนโสภณ (สุวฑฺฒโน)

องค์พระพุทธ สรวมใส่ ไว้ในจิต
ถ้าจะคิด สิ่งใด ในเหตุผล
จิตสะอาด อย่ามี ราคีปน
ให้อำพล ด้วยเมตตา การุณรัก

องค์พระธรรม สรวมใส่ ไว้ในจิต
ถ้าจะคิด สิ่งใด อยู่ในหลัก
กรรมทั้งผอง เป็นของ ศักดิ์สิทธิ์นัก
ผลประจักษ์ เร็วช้า สมค่ากัน

องค์พระสงฆ์ สรวมใส่ ไว้ในจิต
ถ้าจะคิด สิ่งใด อย่าใฝ่ฝัน
เมื่อรู้ชอบ ทำควร สมส่วนกัน
เป็นทางสัน- ติแท้ ไม่แปรปรวน ฯ

พระคาถาอุณหิสสวิชัย

อตฺถิ อุณฺหิสฺสวิชโย ธมฺโม โลเก อนุตฺตโร
สพฺพสตฺตหิตตฺถาย ตํ ตฺวํ คณฺหาหิ เทวเต
ปริวชฺเช ราชทณฺเฑ อมนุสฺเสหิ ปาวเก
พยคฺเฆ นาเค วิเสภูเต อกาลมรเณน วา
สพฺพสฺมา มรณา มุตฺโต ฐเปตฺวา กาลมาริตํ
ตสฺเสว อานุภาเวน โหตุ เทโว สุขี สทา
สุทฺธสีลํ สมาทาย ธมฺมํ สุจริตํ จเร
ตสฺเสว อานุภาเวน โหตุ เทโว สุขี สทา
ลิกฺขิตํ จินฺติตํ ปูชํ ธารณํ วาจนํ ครุํ
ปเรสํ เทสนํ สุตฺวา ตสฺส อายุ ปวฑฺฒติ ฯ

อุปเทห์ พระคาถาบทนี้ ถือกันว่า เป็นพระคาถาสำหรับสวดให้มีอายุยืน และป้องกันอันตรายเหตุร้ายทั้งหลาย

พระคาถาอุณหิสสวิชัยนี้ เป็นคาถาที่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงตรัสเทศนาให้เทวบุตรองค์หนึ่งฟัง แล้วทำให้มีอายุยืน แปลความตามพระคาถานี้ว่า ดูก่อนเทวดา พระอุณหิสสวิชัยนี้เป็นธรรมอันประเสริฐในโลก หาธรรมอื่นที่จะเสมอมิได้ ย่อมเป็นไปเพื่อประโยชน์เกื้อกูลแก่สัตว์โลกทั้งปวง ท่านจงอุตส่าห์เล่าเรียนเอาซึ่งพระอุณหิสสวิชัยนี้ไว้เถิด พระอุณหิสสวิชัยนี้ประกอบด้วยอานุภาพอาจเพื่อจะคุ้มครองป้องกันสรรพภัย อุปัทวอันตรายทั้งปวงได้ จะป้องกันเสียได้ซึ่งราชทัณฑอาชญาอันจะบังเกิดมีมาแต่สำนักของพระราชา พระคาถาอุณหิสสวิชัยนี้สามารถจะคุ้มครองป้องกันอมนุษย์ ภูตและปีศาจมิให้เข้ามารบกวนได้ แม้ไฟและไฟป่าจะไหม้ลุกลามมาสักเท่าไร ๆ ก็ไม่อาจเข้ามาถึงได้ และอาจคุ้มครองป้องกันเสียได้ซึ่งพยัคฆ์ร้าย ช้างร้าย และพาลมฤคทั้งหลาย มิให้เข้ามากล้ำกรายได้ อนึ่งทีฆชาติงูเล็ก งูใหญ่และสัตว์ที่มีพิษทั้งหลายก็ไม่อาจจะเข้ามาเบียดเบียนบีฑาได้ อนึ่งผู้ที่สวดพระคาถาอุณหิสสวิชัย

นี้เสมอ ๆ จะปลดเปลื้องเสียซึ่งตนให้พ้นจากอกาลมรณภัยได้ คือถ้ายังไม่ถึงแก่กาลมรณะสมควรจะตายแล้ว อำนาจพระคาถาอุณหิสสวิชัยนี้จะคุ้มครองป้องกันรักษาไว้ได้ มิให้ตายลงในท่ามกลางอายุ เว้นไว้แต่กาลมรณะคือสิ้นบุญหมดอายุ สมควรจะตายอย่างเดียวเท่านั้น ดูก่อนเทวดา ด้วยอานุภาพแห่งพระคาถาอุณหิสสวิชัยนั้น ขอความสุขสวัสดิ์ เกษมศานต์จงมีแด่ท่านทุกเมื่อ ดูก่อนเทวดา บุคคลที่ประพฤติธรรมให้เป็นสุจริต ถือสมาทานศีลบริสุทธิ์ ความสุขสวัสดิ์พิพัฒนมงคลย่อมมีแก่บุคคลนั้นทุกเมื่อ ผู้ใดหมั่นลิขิตเขียน หมั่นคิดคำนึงถึง และหมั่นกระทำสักการบูชา ทรงจำไว้ได้ ได้บอกกล่าว ได้เคารพนับถือ ได้แสดงให้ผู้อื่นฟังซึ่งพระอุณหิสสวิชัยนี้ อายุของผู้นั้นก็จะวัฒนาการเจริญยั่งยืนอยู่สิ้นกาลช้านาน ด้วยอานุภาพแห่งพระอุณหิสสวิชัยนั้น

พระคาถาของ "ท่านพ่อลี" วัดอโศการาม

"อรหํ พุทฺโธ อิติปิโส ภควา นมามิหํ"

ให้ว่า ๓–๗ ครั้ง และสวดประจำทุกคืนก่อนนอน จำนวนเท่าอายุ ยิ่งดีเป็นสิริมงคล

"ปญฺจ มาเร ชิเนนาโถ, ปตฺโต สมฺโพธิมุตฺตมํ, อรหํ พุทฺโธ อิติปิโส ภควา นมามิหํ"

ให้ภาวนาเวลานอนป่วย ดีที่สุด

จงเป็นผู้ใหม่เสมอ อย่าอวดฉลาด
จงสำรวมอินทรีย์ อย่ามีความหวั่นไหว
จงสังวรณ์ในอารมณ์ที่ควรคิด กิจที่ควรทำ ถ้อยคำที่ควรพูด

บทประพันธ์ ของ พระอาจารย์มั่น ภูริทตฺโต

(ปรากฏมีในสมุดของเก่าที่มอบให้เป็นมรดกแก่พระภิกษุทองคำ ผู้อุปัฏฐากใกล้ชิดในปัจฉิมสมัย บทประพันธ์นั้นคล้ายร่ายหรือกลอนแปด เป็นลายมือของท่านอาจารย์เขียนเอง และบอกไว้ตอนท้ายว่าท่านอาจารย์เป็นผู้แต่ง ครั้งอยู่วัดปทุมวัน พระนคร)

พระอริยคุณาธาร

บทประพันธ์

นมตฺถุ สุคตสฺส ปญฺจ ธมฺมขนฺธานิ

ข้าพเจ้าขอนอบน้อมซึ่งพระสุคต บรมศาสดาศากยมุนี สัมมาสัมพุทธเจ้า และพระนวโลกุตตรธรรม ๙ ประการ และพระอริยสงฆ์สาวกของพระพุทธเจ้านั้น

บัดนี้ข้าพเจ้าจักกล่าวซึ่งธรรมขันธ์โดยสังเขป ตามสติปัญญา ฯ

ยังมีท่านคนหนึ่งรักตัวคิดกลัวทุกข์ อยากได้สุขพ้นภัยเที่ยวผายผัน เขาบอกว่าสุขมีที่ไหนก็อยากไป แต่เที่ยวหมั่นไปมาอยู่ช้านาน นิสัยท่านนั้นรักตัวกลัวตายมาก อยากจะพ้นแท้ ๆ เรื่องแก่ตาย วันหนึ่งท่านรู้จริงซึ่งสมุทัยพวกสังขาร ท่านก็ปะถ้ำสนุก สุขไม่หายเปรียบเหมือนดังกายนี้เอง ชะโงกดูถ้ำสนุกทุกข์คลาย แสนสบาย รู้ตัวเรื่องกลัวนั้นเบา ดำเนินไปเมินมาอยู่หน้าเขา จะกลับไปบ่าวร้องซึ่งพวกพ้องเล่า ก็กลัวเขาเหมาว่าเป็นบ้า สู้อยู่ผู้เดียวหาเรื่องเครื่องสงบ เป็นอันจบเรื่องคิดไม่ติดต่อดีกว่าเที่ยวรุ่มร่ามทำสอพลอ เดี๋ยวถูกยอถูกติเป็นเรื่องเครื่องรำคาญ

ยังมีบุรุษคนหนึ่ง คิดกลัวตายน้ำใจฝ่อ มาหาแล้วพูดตรง ๆ น่าสงสาร ถามว่าท่านพากเพียรมาก็ช้านาน เห็นธรรมที่จริงแล้วหรือยังที่ใจหวัง เอ๊ะ ทำไมจึงรู้ใจฉัน บุรุษผู้นั้นก็อยากอยู่อาศัย ท่านว่าดีดีฉันอนุโมทนา จะพาดูเขาใหญ่ถ้ำสนุกทุกข์ไม่มี คือ....

....กายคตาสติภาวนา ชมเล่นให้เย็นใจหายเดือดร้อน หนทางจรอริยวงศ์ จะไปหรือไม่ไปฉันไม่เกณฑ์ ใช่หลอกเล่นบอกความให้ตามจริง แล้วกล่าวปฤษณาท้าให้ตอบ

ปฤษณานั้นว่า ระวิ่งคืออะไร ตอบว่าวิ่งเร็ว คือวิญญาณอาการใจ เดินเป็นแถวตามแนวกัน สัญญาตรงไม่สงสัย ใจอยู่ในวิ่งไปมา สัญญาเหนี่ยวภายนอกหลอกลวงจิต ทำให้จิตวุ่นวายเที่ยวส่ายหา หลอกเป็นธรรมต่าง ๆ อย่างมายา ถามว่าห้าขันธ์ใครพ้นจนทั้งปวง แก้ว่าใจซิพ้นอยู่คนเดียว ไม่เกาะเกี่ยวพัวพันติดสิ้นพิศวง หมดที่หลงอยู่เดียวดวง สัญญาลวงไม่ได้หมายหลงตามไป ถามว่าที่ว่าตายใครเขาตายที่ไหนกัน แก้ว่าสังขารเขาตายทำลายผล ถามว่าสิ่งใดก่อให้ต่อวน แก้ว่ากลสัญญาพาให้เวียน เชื่อสัญญาจึงผิดคิดยินดี ออกจากภพนี้ไปภพนั้นเที่ยวหันเหียน เลยลืมจิตจำบีดสนิทเนียนถึงจะเพียรหาธรรมก็ไม่เห็น ถามว่าใครกำหนดใครหมายเป็นธรรม แก้ว่าใจกำหนดใจหมาย เรื่องหาเจ้าสัญญานั้นเอง คือว่าดีว่าชั่วผลักจิตติดรักชัง ถามว่ากินหนเดียวเที่ยวไม่กิน แก้ว่าสิ้นอยากดูไม่รู้หวัง ในเรื่องเห็นต่อไปหายรุงรัง ใจก็นั่งแท่นนิ่งทิ้งอาลัย ถามว่าสระสี่เหลี่ยมเบี่ยมด้วยน้ำ แก้ว่าธรรมสิ้นอยากจากสงสัย ใสสะอาดหมดราคีไม่มีภัย สัญญาในนั้นพรากสังขารขันธ์นั้นไม่ถอน ใจจึงเบี่ยมเต็มที่ไม่มีพร่อง เงียบสงัดดวงจิตไม่คิดตรอง เป็นของควรชมชื่นทุกคืนวัน แม้ได้สมบัติทิพย์สักสิบแสนหาแม้นเหมือนรู้จริงทิ้งสังขาร หมดความอยากเป็นยิ่งสิ่งสำคัญ จำส่วนจำกั้นอยู่ไม่ก้ำเกิน ใจไม่เพลินทั้งสิ้นหายดิ้นรน **เหมือนอย่างว่ากระจกส่องหน้า ส่องแล้วอย่าคิดติดสัญญา เพราะว่าสัญญานั้นดังเงา อย่าได้เมาไปตามเรื่องเครื่องสังขาร** ใจขยันจับใจที่ไม่ปนไหวส่วนตนรู้แน่เพราะแปรไป ใจไม่เกี่ยวข้องใจใช่ต้องว่า รู้ขันธ์ห้าต่างชนิดเมื่อจิตไหว แต่ก่อนนั้นหลงสัญญาว่าเป็นใจ สำคัญว่าในว่านอกจึงหลอกลวง คราวนี้ใจเป็นใหญ่ไม่หมายพึ่งสัญญาหนึ่งสัญญาใดมิได้ห่วง เกิดก็ตามดับก็ตามสิ่งทั้งปวง ไม่ต้องหวงไม่ต้องกันหมู่สัญญาเหมือนยืนบนยอดเขาสูงแท้แลเห็นดิน แลเห็นสิ้นทุกตัวสัตว์ แต่ว่าสูงยิ่งนัก แลเห็นเรื่องของตนแต่ต้นมา เป็นมรรคาทั้งนั้นเช่นบันได ถามว่าน้ำขึ้นลงตรงสัจจังนั้นหรือ ตอบว่าสังขารแปรก็ไม่ได้ ธรรมดากรรมแต่งไม่แกล้งใคร ขึ้นผลักใสจับต้องก็หมองมัว ชั่วในจิต ไม่ต้องคิดผิดธรรมดาสภาพสิ่งเป็นจริง ดีชั่วตามแต่เรื่องของเรื่องเปลื้องแต่ตัว ไม่พัวพันสังขารเป็นการเย็นรู้จักจริงต้องทิ้งสังขารเมื่อผันแปรเมื่อแลเห็น เบื่อแล้วปล่อยได้คล่องไม่ต้องเกณฑ์ ธรรมก็ใจเย็นใจระงับดับสังขารรับอาการถามว่าห้าหน้าที่มีครบครัน แก้ว่าขันธ์แบ่งแยกแจกห้าฐานเรื่องสังขารต่างกองรับหน้าที่มีกิจการ จะรับงานอื่นไม่ได้เต็มในตัว แม้ลาภยศสรรเสริญเจริญสุข

นินทาทุกข์เสื่อมยศหมดลาภทั่ว รวมลงตามสภาพตามเป็นจริง ทั้ง ๘ สิ่งใจไม่หันไปพัวพัน เพราะว่ารูปขันธ์ก็ทำแก้ไข้มิได้ถ้วน นามก็มิได้พักเหมือนจักรยนต์ เพราะรับผลของกรรมที่ทำมา เรื่องดีถ้าเพลิดเพลินเจริญใจ เรื่องชั่วขุ่นวุ่นจิตคิดไม่หยุด เหมือนไฟจุดจิตหมองไม่ผ่องใส นึกขึ้นเองทั้งรักทั้งโกรธไม่โทษใคร อยากไม่แก่ไม่ตายได้หรือคน เป็นของพ้นวิสัยจะได้เชย เช่นไม่อยากให้จิตเที่ยวคิดรู้ อยากให้อยู่เป็นหนึ่งหวังพึ่งเฉย จิตเป็นของผันแปรไม่แน่เลย สัญญาเคยอยู่ได้บ้างเป็นครั้งคราว ถ้ารู้เท่าธรรมดาทั้งห้าขันธ์ ใจนั้นก็ขาวสะอาดหมดมลทินสิ้นเรื่องราว ถ้ารู้ได้อย่างนี้จึงดียิ่ง เพราะเห็นจริงถอนหลุดสุดวิถี ไม่ฝ่าฝืนธรรมดาตามเป็นจริง จะจนจะมีตามเรื่องเครื่องนอกใน ดีหรือชั่วต้องดับเลื่อนลับไป ยึดสิ่งใดไม่ได้ตามใจหมาย ใจไม่เที่ยวของใจไวหวะวับ สังเกตจับรู้ได้สบายยิ่ง เล็กบังใหญ่รู้ไม่ทัน ขันธ์บังธรรมมิดผิดที่นี้มัวดูธรรมขันธ์ไม่เห็นเป็นธุลีไป ส่วนธรรมมิใหญ่กว่าขันธ์นั้นไม่แล ถามว่า–มี–ไม่มี ไม่มี–มี นี้คืออะไร ที่นี้ติดหมดคิดแก้ไม่ไหว เชิญชี้ให้ชัดทั้งอรรถแปลโปรดแก้เถิดที่ว่าเกิดมีต่าง ๆ ทั้งเหตุผล แล้วดับไม่มีชัดใช่สัตว์คน นี่ข้อต้นมีไม่มีอย่างนี้ตรงข้อปลายไม่มี,-มีนี้เป็นธรรมที่ล้ำลึกใครพบจบประสงค์ ไม่มีสังขารมีธรรมที่มั่นคง นั่นแลองค์ธรรมเอกวิเวกจริง ธรรมเป็นหนึ่งไม่แปรผันเลิศพบสงบยิ่ง เป็นอารมณ์ของใจไม่ไหวติง ระงับยิ่งเงียบสงัดชัดกับใจ ใจก็สร่างจากเมาหายเร่าร้อน ความอยากถอนได้หมดปลดสงสัย เรื่องพัวพันขันธ์ห้าชาสิ้นไป เครื่องหมุนในไตรจักรก็หักลง ความอยากใหญ่ยิ่งก็ทิ้งหลุด ความรักหยุดหายสนิทสิ้นพิศวง ร้อนทั้งปวงก็หายหมดดังใจจง เชิญเถิดชี้อีกสักอย่างหนทางใจ สมุทัยของจิตที่ปิดธรรม แก้ว่าสมุทัยกว้างใหญ่นัก ย่อลงก็คือความรักบีบใจทำลายขันธ์ ถ้าธรรมมีกับจิตเป็นนิจนิรันดร์ เป็นเลิศกันสมุทัยมิได้มีจงจำไว้อย่างนี้วิถีจิต ไม่ต้องคิดเวียนวนจนป่นปี้ ธรรมไม่มีอยู่เป็นนิจติดยินดี ใจจากที่สมุทัยอาลัยตัว ว่าอย่างย่อทุกข์กับธรรมประจำจิต จิตคิดรู้เห็นจริงจึงเย็นทั่ว จะสุขทุกข์เท่าไรมิได้กลัว สร่างจากเครื่องมัวคือสมุทัยไปที่ดี รู้เท่านี้ก็คลายหายความร้อนพอพักผ่อนสืบแสวงหาทางดี จิตรู้ธรรมลืมจิตที่ติดธุลี ใจรู้ธรรมที่เป็นสุขขันธ์ทุกขันธ์แน่ประจำธรรมคงเป็นธรรม ขันธ์คงเป็นขันธ์เท่านั้นแล

คำว่าเย็นสบายหายเดือดร้อน หมายจิตถอนจากผิดที่ติดแก้ ส่วนสังขารขันธ์ปราศสุขเป็นทุกข์แท้ เพราะต้องแก่ไข้ตายไม่วายวัน จิตรู้ธรรมที่ล้ำเลิศ

จิตก็ถอนจากผิดเครื่องเศร้าหมองของแสลง ผิดเป็นโทษของใจอย่างร้ายแรง เห็นธรรมแจ้งธรรมผิดหมดพิษใจ จิตเห็นธรรมดีเลิศที่พ้น พบปะธรรมปลดเปลื้องเครื่องกระสันต์ มีสติอยู่กับตัวบ่พัวพัน เรื่องรักขันธ์หายสิ้นขาดยินดี สิ้นธุลีทั้งปวงหมดห่วงใย ถึงจะคิดก็ไม่ห้ามตามนิสัยเมื่อไม่ห้ามกลับไม่พุ้งยุ่งไป พึงรู้ได้ว่าบาปมีขึ้นเพราะขืนจริง ตอบว่าบาปเกิดได้เพราะไม่รู้ ถ้าบิดประตูเขลาได้สบายยิ่ง ชั่วทั้งปวงเงียบหายไม่ไหวติง ขันธ์ทุกสิ่งย่อมทุกข์ไม่สุขเลย

แต่ก่อนข้าพเจ้ามืดเขลาเหมือนเข้าถ้ำ อยากเห็นธรรมยึดใจจะให้เฉย ยึดความจำว่าเป็นใจหมายจนเคย เลยเพลินเชยชมจำธรรมมานาน ความจำผิดบิดไว้ไม่ให้เห็นจึงหลงเล่นขันธ์ ๕ น่าสงสาร ให้ยกตัวออกตนพ้นประมาณ เที่ยวระรานติคนอื่นเป็นพื้นไปไม่ได้ผลเที่ยวดูโทษคนอื่นชื่นใจ เหมือนก่อไฟเผาตัวต้องมัวมอม ใครผิดถูกดีชั่วก็ตัวเขา ใจของเราเพียรระวังตั้งถนอม อย่าให้อกุศลวนมาตอม ควรถึงพร้อมบุญกุศลผลสบาย เห็นคนอื่นเขาชั่วตัวก็ดี เป็นราคียึดขันธ์ที่มั่นหมาย ยึดขันธ์ต้องร้อนแท้เพราะแก่ตายเลยซ้ำร้ายกิเลสเข้ากลุ้มรุมกวน เต็มทั้งรักทั้งโกรธโทษประจักษ์ ทั้งหลงนักหนักจิตคิดโทษหวล ทั้งอารมณ์กามห้าก็มาชวน ยกกระบวนทุกอย่างต่าง ๆ กัน เพราะยึดขันธ์ทั้ง ๕ ว่าของตนจึงไม่พ้นทุกข์ภัยไปได้เลย ถ้ารู้โทษของตัวแล้วอย่าช้าเฉย ดูอาการสังขารที่ไม่เที่ยงร่ำไปให้ใจเคย คงได้เชยชมธรรมอันเอกวิเวกจิต ไม่เพียงนั้นหมายใจไหวจากจำเห็นแล้วขำดูดูอยู่ที่ไหว อารมณ์นอกดับระงับไปหมดปรากฏธรรม เห็นธรรมแล้วย่อมหายวุ่นวายจิต จิตนั้นไม่ติดคู่ จริงเท่านี้หมดประตู รู้ไม่รู้อย่างนี้วิธีจิต รู้เท่าที่ไม่เที่ยงจิตต้นพ้นริเริ่มคงจิตเดิมอย่างเที่ยงแท้ รู้ต้นจิตพ้นจากผิดทั้งปวงไม่ห่วง ถ้าออกไปปลายจิตผิดทันที คำที่ว่ามืดนั้นเพราะจิตคิดหวงดี จิตหวงนี้ปลายจิตคิดออกไป จิตต้นที่เมื่อธรรมะปรากฏหมดสงสัย เห็นธรรมะอันเกิดเลิศโลกา เรื่องจิตค้นวุ่นหามาแต่ก่อนก็เลิกถอนเปลื้องปลดหมดได้สิ้น ยังมีทุกข์ต้องหลับนอนกับกินไปตามเรื่อง ใจเชื่องชิดต้นจิตคิดไม่ครวญ ธรรมดาของจิตต้องคิดนึก พอรู้สึกจิตคุ้นพ้นรำคาญ เงียบสงัดจากมารเครื่องรบกวน ธรรมดาสังขารปรากฏหมดด้วยกัน เสื่อมทั้งนั้นคงที่ไม่มีเลย ระวังใจเมื่อจำทำละเอียด มันจะเบียดให้ให้จิตไปติดเฉย ใจไม่เที่ยง

ของใจช้ำให้เคย เมื่อถึงเฮยหากรู้เองเพลงของจิต เหมือนดังมายาที่หลอกลวง ท่านว่าวิปัสสนูป กิเลสจำแลงเพศเหมือนดังจริงที่แท้ไม่ใช่จริง รู้ขึ้นเองนามว่าความเห็นไม่ใช่เช่นพึ่งเข้าใจชั้นไต่ถาม ทั้งไตร่ตรองแยกแยะและรูปนาม ก็ใช่ความเห็นต้องจงเล็งดู รู้ขึ้นเองใช่เพลงจิตรู้ต้นจิต จิตตนพ้นรำคาญ ต้นจิตรู้ตัวว่าสังขาร เรื่องแปรปรวนใช่กระบวนไปดูหรือรู้จริงอะไร รู้อยู่เพราะหมายคู่ก็ไม่ใช่ จิตคงรู้จิตเองเพราะเพลงไหว จิตรู้ไหวไหวก็จิตคิดกันไป แยกไม่ได้ตามจริงสิ่งเดียวกัน จิตเป็นของอาการเรียกว่าสัญญาพาพัวพัน ไม่เที่ยงนั้นก็ตัวเองไปเล็งใคร ใจรู้เสื่อมของตัวพ้นมัวมืด ใจก็จืดสิ้นรสหมดสงสัย ขาดค้นคว้าหาเรื่องเครื่องนอกใน ความอาลัยทั้งปวงก็ร่วงโรย ทั้งโกรธรักเครื่องหนักใจก็ไปจาก เรื่องจิตอยากก็หยุดได้หายหิวโหย พ้นหนักใจทั้งหลายหายอิดโรย เหมือนฝนโปรยใจ ใจก็เย็นด้วยเห็นใจ ใจเย็นเพราะไม่ต้องเที่ยวมองคนรู้จิตค้นปัจจุบันพ้นหวั่นไหว ดีหรือชั่วทั้งปวงไม่ห่วงใย เพราะดับไปทั้งเรื่องเครื่องรุงรังอยู่เงียบ ๆ ต้นจิตไม่คิดอ่าน ตามแต่การของจิตสิ้นคิดหวัง ไม่ต้องวุ่นต้องวายหายระวังนอนหรือนั่งนึกพ้นอยู่ต้นจิต ท่านชี้มรรคทั้งหลักแหลม ช่างต่อแต้มกว้างขวางสว่างไสว ยังอีกอย่างทางใจไม่หลุดสมุทัย ขอจงโปรดชี้ให้พิสดารเป็นการดี ตอบว่าสมุทัยคืออาลัยรักเพลินยิ่งนักทำภพใหม่ไม่หน่ายหนี ว่าอย่างต่ำกามคุณห้าเป็นราคี อย่างสูงชี้สมุทัยอาลัยฌาณ ถ้าจะจับตามวิธีมีในจิต ก็เรื่องคิดเพลินไปในสังขาร เคยทั้งปวงเพลินมาเสียช้านาน กลับเป็นการดีไปให้เจริญจิต ไปในส่วนที่ผิดก็เลยแตกกิ่งก้านฟุ้งซ่านใหญ่ เที่ยวเพลินไปในผิดไม่คิดเขินสิ่งใดชอบอารมณ์ก็ชมเพลิน เพลินจนเกินลืมตัวไม่กลัวภัย เพลินดูโทษคนอื่นดื่นด้วยชั่วโทษของตัวไม่เห็นเป็นไฉน โทษคนอื่นเขามากสักเท่าไร ไม่ทำให้เราตกนรกเสียเลย โทษของเราเศร้าหมองไม่ต้องมาก ลงวิบากไปตกนรกแสนสาหัสหมั่นดูโทษตนไว้ให้ใจเคย เว้นเสียซึ่งโทษนั้นคงได้เชยชมสุขพ้นทุกข์ภัย เมื่อเห็นโทษตนชัดพึงตัดทิ้ง ทำอ้อยอิ่งคิดมากจากไม่ได้ เรื่องอยากดีไม่หยุดคือตัวสมุทัยเป็นโทษใหญ่กลัวจะไม่ดีนักแรง ดีไม่ดีนี้เป็นผิดของจิตนัก เหมือนไข้หนักถูกต้องของแสลงกำเริบโรคด้วยพิษด้วยผิดสำแลง ธรรมไม่แจ้งเพราะอยากดีนี้เป็นเดิม ความอยากดีมีมากมักลากจิต ให้เที่ยวคิดวุ่นไปจนใจเหิม สรรพชั่วมัวหมองก็ต้องเติม ผิดยิ่งเพิ่มจากไปไกลจาก

ธรรม ที่จริงชี้สมุทัยนี้ใจฉันคร้าม พึ่งเนื้อความไปข้างพึ่งนุงนังยุ่งยิ่ง เมื่อชี้มรรคพึ่งใจไม่ไหวติง ระงับนิ่งใจสงบจบกันที

อันนี้ชื่อว่าขันธวิมุติสมังคี ธรรมประจำอยู่กับที่ ไม่มีอาการไป ไม่มีอาการมา สภาวธรรมที่เป็นจริงสิ่งเดียวเท่านั้นแล ไม่มีเรื่องจะแวะเวียน สิ้นเนื้อความเพียรแต่เพียงนี้ ผิดหรือถูกดี จงใช้ปัญญาตรองดูให้รู้เถิด ฯ

ร่มไม้เย็น พักผ่อน หายร้อนอาตม์
ร่มเงาญาติ เย็นสบาย หายเงียบเหงา
ร่มพ่อแม่ เย็นสุข ทุกข์บางเบา
เกิดเย็นเกล้า เคล้าคลุก อยู่ทุกยาม

ร่มอาจารย์ กันเขลา เกิดเชาวน์กล้า
ร่มราชา กันสัตรู ให้รู้ขาม
ร่มพระพุทธ กันร้อน ผ่อนลุกลาม
ให้โลกสาม เย็นชื่น กว่าอื่นใด ฯ

เป็นมนุษย์ สุดดี อยู่ที่จิต
ทำพูดคิด ในแนวธรรม พระพร่ำสอน
จะดีอื่น หมื่นแสน ยังแคลนคลอน
ดีแน่นอน นั้นคือจิต ปิดอบาย ฯ

พระธรรมเทศนา

โดย พระครูสันติวรญาณ (พระอาจารย์สิม พุทฺธาจาโร)

ณ ถ้ำผาปล่อง อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่

เมื่อวันที่ ๑๒ กรกฎาคม ๒๕๑๑

บัดนี้ ถึงเวลานั่งสมาธิภาวนา ทำความสงบจิตใจ อันการปฏิบัติจิตใจของตนให้มีความสงบสุขเยือกเย็นในทางพุทธศาสนานี้ ต้องอาศัยความตั้งใจ ความตั้งใจในเวลาที่เราปฏิบัติจิตใจนี้ ให้รวมกำลังจิตใจเข้ามาภายใน ให้ถือว่ากาลเวลาปัจจุบันเป็นสิ่งสำคัญในการปฏิบัติ ชั่วระยะเวลาที่เรานั่งพึ่งธรรม นั่งสมาธิภาวนา เรื่องใด ๆ ที่มันยุ่งเหยิงอยู่ภายในจิตใจของเรา อันเป็นอารมณ์อดีต อนาคต จงปลดปล่อยออกไปให้หมดสิ้น มาทำความรู้สึกอยู่ในจิตใจอันเป็นปัจจุบันธรรม หรือว่าตัวเราทุกคนเป็นปัจจุบันธรรม นั่งพึ่งธรรม นั่งสมาธิภาวนาอยู่นี้ สิ่งอื่นนอกจากนี้ไปให้คอยระวัง จิตใจคนเรามันคอยแลบออกไปที่เรื่องภายนอกเสมอ ๆ ไม่ค่อยรวมเข้ามาในเวลาปัจจุบัน

สิ่งหนึ่งที่จิตใจคนเราไม่สงบนั้น มักจะคิดไปในเรื่องอดีต เราทำไม่ดีมา เราพูดไม่ดีมา เราคิดไม่ดีมา ในวันนี้ก็มักจะมาเป็นอารมณ์ ในการปฏิบัติจิตใจ รวมจิตใจ พระพุทธองค์ท่านให้ปล่อยวางเรื่องอดีต มีพระสูตรอดีต–อนาคต ท่านแสดงไว้เหมาะเจาะมาก ที่เราท่านทั้งหลายท่องบ่นสาธยายสวดมนต์อยู่เสมอ ๆ สิ่งนั้นก็คือส่วนที่ว่า

"อตีตํ นานฺวาคเมยฺย   นปฺปฏิกงฺเข อนาคตํ
ยทตีตมฺปหีนนฺตํ   อปฺปตฺตญฺจ อนาคตํ
ปจฺจุปฺปนฺนญฺจ โย ธมฺมํ   ตตฺถ ตตฺถ วิปสฺสติ"

พระสูตรนี้เหมาะสำหรับผู้บำเพ็ญภาวนาทำใจให้สงบ พระองค์แสดงว่า อารมณ์สัญญาเรื่องราวอันใดอันเป็นอดีตอนาคต อย่าให้มาเป็นอารมณ์ในเวลาทำจิตทำใจ เพราะว่าสิ่งใดที่มันล่วงไปแล้ว สิ่งนั้นมันก็ล่วงไปแล้ว เราจะกลับทำอีกก็ไม่ได้ เพราะ

มันล่วงไปแล้ว สิ่งใด เรื่องราวใด ๆ ร้ายดีประการใดก็ตาม มันยังเป็นเรื่องอนาคต ก็อย่าเอามาคิดมานึกให้เป็นอารมณ์ในเวลาทำจิตทำใจ พระองค์ให้รวมจิตรวมใจลงไปในปัจจุบัน **ตตฺถ ตตฺถ** ในที่นั้น ๆ ที่ดวงใจผู้รู้อยู่ ผู้ฟังอยู่ ได้ยินได้ฟังอยู่ในเวลานี้

ท่านให้รวมกำลังมาประพฤติปฏิบัติ ชำระแก้ไข ทำใจให้สงบในสมถกรรมฐาน วิปัสสนากรรมฐาน รวมจิตใจเข้ามาในเวลาปัจจุบันนี้เท่านั้น จึงจะมีทางรู้ได้เข้าใจ เพราะว่าเรื่องอดีตมันก็เป็นเรื่องที่ล่วงไปแล้ว เรื่องอนาคตมันก็เรื่องที่ยังไม่มาถึง เรื่องอดีตอนาคตมันเป็นเรื่องต่อจากปัจจุบัน ปัจจุบันเดี๋ยวนี้แหละมันกลายเป็นอดีตไป ปัจจุบันเดี๋ยวนี้แหละมันจะถึงอนาคตที่เราคาดหมายไว้ ตัวจริงความจริงมันมีอยู่ในปัจจุบันเท่านี้ ดูที่ลมหายใจเข้าก็เข้าในปัจจุบัน ลมหายใจออกก็ออกในปัจจุบัน **ชีวิตคนเราที่มีอยู่ก็มีอยู่ในปัจจุบัน ไม่ใช่มีในอดีต ไม่ใช่มีในอนาคต** ปัจจุบันทำความรู้สึกอยู่ในกายในใจ เราฟังธรรมคำสั่งสอนอยู่ในเวลานี้ก็เป็นปัจจุบัน จิตผู้รู้อยู่ภายในนี้ก็เป็นปัจจุบัน กายที่เรามานั่งฟังธรรม นั่งสมาธิภาวนาอยู่ที่นี้ก็เป็นตัวปัจจุบัน

ปัจจุบันธรรม ธรรมที่เป็นปัจจุบันเป็นสิ่งสำคัญ พระพุทธเจ้าพระองค์ตรัสรู้พระอนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณ ก็ตรัสรู้ในปัจจุบัน พระองค์แสดงธรรมแก่สาวกทั้งหลายก็แสดงในปัจจุบัน สาวกเจ้าทั้งหลายในครั้งพุทธกาล ทั้งคฤหัสถ์ บรรพชิต นักบวช นักบ้านก็ได้สำเร็จมรรคผลนิพพาน ตลอดทั้งเทวดามารพรหม ก็ฟังธรรมคำสอนของพระองค์ในเวลาปัจจุบันท่านก็แก้ละกิเลสจิตใจของท่านให้บริสุทธิ์ลงไปในเวลาปัจจุบัน เราทุกคนที่มีชีวิตอยู่มีลมหายใจเข้าหายใจออกอยู่เดี๋ยวนี้ก็มีอยู่ในเวลาปัจจุบัน ปัจจุบันธรรม ธรรมที่เป็นปัจจุบันนี้สำคัญกว่าธรรมที่เป็นอดีตอนาคต ผู้บำเพ็ญภาวนาละกิเลสได้หรือไม่ได้ก็อยู่ในปัจจุบันที่คนเราว่าตั้งใจ ไม่ตั้งใจ ก็เป็นอยู่ในเวลาปัจจุบัน ปัจจุบันเดี๋ยวนี้ ขณะนี้ ครู่นี้ คราวนี้ ชั่วโมงนี้ นาทีนี้ วินาทีนี้ ล้วนแล้วแต่ปัจจุบันธรรมทั้งนั้น

ฉะนั้น ปัจจุบันนี้แหละให้มีสติระลึกได้ในเวลาปัจจุบัน ปัจจุบันนี้แหละให้มีสมาธิตั้งจิตให้มั่น อย่าได้หวั่นไหวไปตามเรื่องคน สัตว์ วัตถุธาตุทั้งหลายในโลก ไม่ให้จิตใจมันแลบไปแลบมา แส่ไปส่ายมา รวมลงไปในขณะปัจจุบันอันเดียวเท่านี้ จิตที่แส่ส่ายไปในที่

ต่าง ๆ จะค่อยเย็นลง รวมเข้ามา สบายลงไป เพราะรวมจิตรวมใจในขณะปัจจุบันนี้ อะไรทั้งหมด ถ้าตั้งหลักปัจจุบันในการประพฤติปฏิบัติแล้ว ถูกต้องตามทำนองคลองธรรม เพราะปัจจุบันมีใจรู้จุด มีจิตรู้จุดอยู่ภายใน คิดนึกอยู่ภายในจิตใจแต่ละหัวใจของบุคคล ร่างกายของเราจะมานั่งฟังธรรมได้ก็มาจากดวงใจ เมื่อดวงใจมีความเชื่อความเลื่อมใสในการประพฤติธรรมปฏิบัติธรรม นำเอากายวาจาจิตของตนมาสู่สถานที่ฟังธรรม สถานที่ปฏิบัติธรรม จะนั่งสมาธิภาวนาในทางรูปร่างกาย ก็มาจากดวงใจที่มีความเชื่อความเลื่อมใสในการประพฤติปฏิบัติธรรม ดวงใจพาทำทุกสิ่งทุกอย่าง

ถ้าลองใจนี้ออกจากร่างกายไปแล้ว ดูเวลาคนเราที่เขาตายไป มีอะไร มีรูป ร่างกายนอนเฉยอยู่ ไม่รู้สึกอะไร นั่นละดวงจิตดวงวิญญาณออกจากร่างกายแล้ว ไม่มีประโยชน์อะไร แม้บางคนที่ยังหลงว่าเวลาญาติมิตรสหายตายไป สามีภรรยาตายไป เวลานิมนต์พระไป เขาจะเคาะโลงหรือตีโลงให้บอกว่าเวลานี้รับศีลนะ เวลานี้ฟังธรรมนะ เวลานี้จงตั้งใจรับศีลฟังธรรม คนที่ตายก็ไม่รู้สึกอย่างไร เป็นเรื่องของคนที่หลงต่างหาก นี่แหละถ้าหากว่าจิตใจออกจากร่างกายนี้แล้ว ร่างกายอันนี้ไม่มีประโยชน์อะไร พอหมดลมหายใจเท่านั้น จิตออกจากร่างเท่านั้นแหละ ร่างกายของคนเราแต่ละบุคคลจะส่งกลิ่นที่ไม่ต้องการออกมาทีเดียว ที่เรายังพอดูกันได้ก็ตอนมีดวงใจครองอยู่ในร่างกายอันนี้ ถ้าลองใจหนีออกจากร่างกายแล้ว ไม่เป็นที่น่าดูน่าแลเลย นับตั้งแต่สีสรรค์วรรณะ ไม่น่าดูเลย ขาดญาติขาดมิตร ขาดสหายหมด แม้สามีภรรยาก็ตัดขาดกัน ก็ว่าตายเป็นผี หนีเป็นคนอื่นแล้ว อย่ามาหลอกมาราญกันนะ ให้ขาดตั้งแต่วันนี้ เมื่อหมดลมหายใจแล้ว

บัดนี้เราทุกดวงใจยังมีดวงใจครองอยู่ในร่างกายอันนี้ ใจอันนี้แหละ มีความเชื่อความเลื่อมใสในการบุญการกุศล จึงได้ทำบุญให้ทานได้ ใจอันนี้แหละ มีความเชื่อความเลื่อมใสในการรักษาศีล ๕ ศีล ๘ ศีลอุโบสถ ศีล ๑๐ ศีล ๒๒๗ จึงรักษาศีลได้ ใจอันนี้แหละมีความเลื่อมใสในการบุญการกุศล การประพฤติปฏิบัติทุกสิ่งทุกอย่าง จึงได้นำเอาตัว เอากาย วาจา จิต ของเรามาสู่สถานที่วิเวกภาวนา จำพรรษาในถ้ำผาปล่องนี้ เพื่ออะไร เพื่อความสงบ เพื่อความรู้แจ้ง เพื่อความรู้จริง ในธรรมวินัยคำสอนที่พระพุทธองค์ทรงตรัสไว้

เพื่อรู้แจ้งจิตใจในปัจจุบัน เพื่อรู้แจ้งร่างกายในปัจจุบัน เพื่อรู้เท่ารู้ทันในธาตุ ๔ ขันธ์ ๕ อายตนะ ๑๒ ธาตุ ๑๘ อินทรีย์ ๒๒ อริยสัจ ๔ เพื่อจิตบริสุทธิ์หลุดพ้นจากกิเลส ราคะ โทสะ โมหะ ไม่เพื่ออย่างอื่น จิตใจจะสงบระงับตั้งมั่นอยู่ในธรรมปฏิบัติ ต้องรู้ธรรมในปัจจุบัน คือถือกาลเวลาปัจจุบันเป็นเกณฑ์ เรื่องใด ๆ เป็นเรื่องอดีตล่วงแล้วคอยระวังให้ดี เรื่องอดีตนั้นแหละถ้าเราเผลอไปมันก็ทำความเดือดร้อนมาให้ เรื่องอนาคตที่ยังไม่มาถึงนั้นแหละ ถ้าเราเผลอไปหลงไป ก็พาให้เป็นทุกข์เป็นร้อนในเวลาปัจจุบันได้ พระพุทธองค์ท่านจึงทรงเตือนว่า ตตฺถ ตตฺถ ในที่นี้ ๆ ในที่นั้น ๆ นั้นนั้นอยู่ที่ไหน รู้ที่ไหน ตั้งลงไปที่นั้น ดวงจิตที่มีความรู้อยู่ในปัจจุบันเดี๋ยวนี้ รู้ที่ไหนตั้งลงไปที่นั้น ไม่ต้องหมายอดีตอนาคต เพียรเพ่งลงไปในปัจจุบันธรรม ตตฺถ ตตฺถ ที่นี้ ๆ รู้ที่ไหนก็ที่นี้ที่นั้น สิ่งอื่นนอกจากดวงใจอันมีความรู้อยู่ในปัจจุบันนี้ให้คอยระวังให้ดี มันจะหลอกลวงให้เราหลงไปในเรื่องอดีตอนาคต เรื่องคนอื่น เรื่องสัตว์อื่น เรื่องทั่วไปในโลก ถ้ามันเคลื่อนออกจากตัวกาลปัจจุบันแล้ว เป็นอันว่าทางหลงรอบด้าน

การสำรวมระวังรักษาจิตใจ ท่านจึงชี้บ่งลงไปในดวงจิตดวงใจนี้แห่งเดียว แม้จะบริกรรมภาวนากำหนดอสุภะ–กรรมฐานอันใด ธาตุกรรมฐานอันใด อาทีนวโทษอันใดก็ตาม ท่านต้องการให้จิตใจดวงนี้ รู้เข้าใจ แล้วไม่เข้าไปยึดถือในสัญญาอารมณ์กิเลสตัณหานั้น เมื่อท่านรวมหรือย่นย่อเข้ามาในการประพฤติปฏิบัติ ท่านว่าดวงจิตคือผู้รู้ ดวงจิตคือผู้รู้ผู้เห็น เพราะว่าจิตนั้นเป็นธาตุนามธรรม ไม่มีร่างกาย เหมือนรูปร่างตัวคนเราที่เรามองเห็นกันนี้ จิตแท้นั้น เมื่อแยกแต่เฉพาะดวงจิตแล้ว ไม่มีรูปร่างสีสัณฐาน ไม่มีอะไรที่จะไปจับได้ นักวิทยาศาสตร์สมัยใหม่เอาอะไรมาจับไม่ได้ทั้งนั้น เพราะเป็นสิ่งไม่มีรูปร่าง แต่มีความรู้สึกอยู่ตลอดเวลา ตลอดกาล ท่านจึงให้ชื่อสมมติอย่างหนึ่งว่าผู้รู้ มีความรู้ประจำอยู่ในดวงจิตดวงใจอันนั้น แม้คนเราไม่รู้ไม่เข้าใจก็ว่าอย่างนั้น แต่ความจริงมันมีความรู้สึกอยู่ นี่แหละผู้รู้อันนี้ ดวงจิตดวงนี้อยู่ที่ไหนในเวลาปัจจุบันนั้น ให้ตั้งในที่นั้น สังวรณ์ระวังรักษาคอยระวังตักเตือนดวงจิตดวงนี้ ไม่ใช่ดวงที่มันคิดไปโน้นไปนี้ ดวงรู้อยู่ภายในรู้จักว่าจิตเราไป จิตเรามา จิตเราสบาย จิตเราไม่สบาย กายเราสบาย กายเราไม่สบาย ว่ากายเรา ตัวเรา จิตเรา อะไรต่ออะไร มันเรื่องจิตใจอันนี้ทั้งนั้น หลงไปยึดเอาถือเอาอย่างนั้นอย่างนี้ ท่านจึงเตือนว่านอก

จากดวงจิตที่รู้อยู่ออกไป ให้คอยระวัง ไม่เที่ยงทั้งหมดเป็นทุกข์ทั้งนั้น ไม่ใช่ตัวตนของเรา ไม่ใช่ตัวเรา อย่าเผลอไปยึดเอาถือเอา ถ้าไปยึดเอาถือเอาละก็ยุ่งเหยิง ท่านให้รวมเข้ามาเฉพาะดวงที่มีความรู้สึกนี้แหละ

คำว่าจิต ได้แก่ผู้รู้ ผู้รู้นี้ท่านเปรียบคล้าย ๆ กับลม ไม่มีรูปร่างตัวตน แต่ว่าลมเวลามันพัดมาแรงเป็นหนาวก็ได้ หรือเปรียบเหมือนกับอากาศ ความว่าง แต่ว่าอากาศความว่าง ตัวรู้สึกไม่มี จิตนั้นไม่ว่าจะว่างหรืออยู่อย่างไรก็ตาม มีความรู้สึกเป็นจุดหมาย นี่แหละสถานที่ตั้ง สถานที่รวม รวมเข้าไป ตั้งลงไป สงบลงไปที่รู้นั้น แต่เมื่อเวลามาปฏิสนธิวิญญาณในท้องของมารดา มายึดเอาถือเอาธาตุ ๔ ขันธ์ ๕ ร่างกายตัวตนอันนี้ แล้วมาอยู่ในร่างกายอันนี้ ที่อยู่ของดวงวิญญาณดวงจิตผู้รู้อันนี้ อยู่จริง ก็ในดวงหทัย ในเนื้อหัวใจ ถ้าผ่าดูในเนื้อหัวใจนั้น จะมีน้ำเลี้ยงหัวใจใส นั่นแหละดวงวิญญาณดวงจิตอันนี้อยู่ที่นั้น หรือเวลากระทบอารมณ์หรือเสียงต่าง ๆ เป็นภัยเป็นอันตราย จิตอันนี้มันจะรู้สึกแวบในหัวใจ หรือว่าเจ็บหัวใจ นั่นแหละคือว่ามันมีอยู่ภายในนี้ แต่เมื่ออยู่ภายในแล้วก็สร้านไปเต็มหมดร่างกายตัวตนอันนี้ มีหนังหุ้มอยู่เป็นที่สุดรอบที่ไหน ดวงจิตดวงวิญญาณอันนี้มันเต็มไปหมด แต่จิตเดิมจิตแท้มันอยู่ ณ ภายในดวงหทัยดวงหัวใจนั้น นั่งเผ้านอนเฝ้ากองกระดูกอันนี้อยู่ตลอดเวลาตั้งแต่เกิดจนหนุ่ม ตั้งแต่หนุ่มจนแก่ ตั้งแต่แก่จนตาย ธาตุดินน้ำไฟลมอันนี้ไม่แตกเมื่อใด ออกหนีจากรูปร่างกายอันนี้ไม่ได้ นั่งเผ้านอนเผ้าบ่นเพ้อรำไร สุขทุกข์อันใดบังเกิดมีขึ้นในกายในจิต จิตใจอันนี้แหละเป็นผู้บ่นผู้ว่า เป็นผู้สุขเป็นผู้ทุกข์ เป็นผู้รับเอาเรื่องราวต่าง ๆ เรื่องร้ายเรื่องดี ก็ดวงจิตอันนี้แหละมันรับเอา

ถ้าอยู่แต่รูปร่างกายจริง ๆ ก็ดูเถิด คนตายไม่รู้เรื่องอะไร มนุษย์ที่ยังมีชีวิตอยู่จะเอาร่างไปเผาไฟก็ไม่ว่า ความโกรธ ความโลภ ความหลง เมื่อครั้งยังเป็นคน ไม่รู้ว่าหนีหายไปไหนถ้าตายแล้ว เผาไฟก็ไม่ร้อน ฝังดินทิ้งก็ไม่บ่น ทำอะไร ๆ ให้ ทำได้ทั้งนั้นถ้าตายแล้ว หมดลมหายใจแล้ว นี่วิญญาณหนีจากร่างกายแล้ว ไม่รู้สึกอะไร บัดนี้เวลานี้ดวงจิตดวงวิญญาณอันนี้มีอยู่ รู้สึกอยู่ ผู้ฟังเสียงฟังธรรมได้ยิน ก็คือดวงจิตอันนี้แหละอยู่นี้ ผู้เทศน์ชี้แจงแสดงก็มีดวงจิตอันนี้อยู่นี้ ถ้าไม่มีจิตดวงนี้อยู่แล้ว ไม่ว่าผู้แสดงผู้ฟัง ไม่รู้เรื่องทั้งนั้น ทำอะไรไม่ได้

พูดก็ไม่ได้ คิดก็ไม่ได้ ทำก็ไม่ได้ นี่แหละเมื่อมันออกจากร่างไปแล้ว บัดนี้มันยังมีความรู้สึกอยู่ ในขณะที่มีความรู้สึกอยู่นี่แหละ เป็นโอกาสอันเหมาะสมที่สุด ที่เราทุกดวงใจจะต้องสังวรณ์ระวัง ตั้งใจลงไปในเวลาปัจจุบัน ให้มันเตือน ให้สติแก่ดวงจิตอันนี้ว่า เรื่องใด ๆ ที่มันเกิดขึ้น มันเกิดขึ้นในเวลาปัจจุบันก็กลายเป็นอดีต เรื่องใดที่เป็นเรื่องอนาคตมันก็มาประสบพบปะขึ้นมาในเวลาปัจจุบัน คอยระวังคอยเตือนจิตดวงนี้ว่า เรื่องใดที่เป็นเรื่องอดีตอย่าไปยึด ดีมันก็ดีมาแล้ว ชั่วมันก็ชั่วมาแล้ว เรื่องใดที่เป็นเรื่องอนาคต ดีร้ายอย่างใดมันยังอยู่ข้างหน้า

ที่พระพุทธองค์ท่านตรัสอย่างนี้ เพื่อให้จิตใจเราสงบรวมลงไปในเวลาปัจจุบัน เพื่อจะตัดกระแสอารมณ์ ตัดกระแสกิเลสความอยากความปรารถนาต่าง ๆ ออกไป จะได้รู้เข้าใจในการประพฤติปฏิบัติ **เพราะว่าการปฏิบัติอย่างแท้จริงในทางพุทธศาสนานี้ต้องปฏิบัติจิตใจในเวลาปัจจุบันนี่เท่านั้น** รู้ปัจจุบัน หลงปัจจุบัน คิดปัจจุบัน พูดปัจจุบัน ทำปัจจุบัน นั่งปัจจุบัน ยืนเดินนอนในปัจจุบันทั้งนั้น ไม่มีอดีต ไม่มีอนาคต อดีตอนาคตเป็นเพียงสมมติเท่านั้น อดีตก็ไม่มี เมื่อกล่าวเข้าไปถึงความจริงว่า อดีตมันก็ล่วงไปแล้ว มันไม่มีอนาคตมันก็เรื่องไม่มี มีอยู่รู้สึกอยู่แต่ในเวลาปัจจุบันเท่านี้

นี่แหละดวงจิต นี่แหละดวงใจ มีอยู่ที่นี่ พระองค์ท่านจึงตรัสไว้ว่า ตตฺถ ตตฺถ ในที่นี้ ๆ ที่รู้อยู่นี้ ถ้าจิตใจของผู้ปฏิบัติรวมเข้าไปถึงดวงปัจจุบันอันนี้ได้ ก็จะมีสติความระลึกได้ว่าเรื่องร้ายเรื่องดี เรื่องคนเรื่องสัตว์ ที่พูดดีพูดไม่ดี ทำดีทำไม่ดี มันเป็นเรื่องอดีต ล่วงไปแล้ว หรือเป็นเรื่องอนาคตยังไม่มาถึง อย่าเอามาคิดนึกในเรื่องคนอื่น สัตว์อื่น เรื่องภายนอกไม่มีสิ้นสุด ที่สิ้นสุดนั้นอยู่ในปัจจุบัน เมื่อจิตของผู้ใดมารู้ปัจจุบัน เห็นแจ้งปัจจุบัน ละความโกรธในปัจจุบัน ละความโลภในปัจจุบัน ละความหลงในปัจจุบัน เลิกได้ละได้ในปัจจุบัน ก็เป็นอันว่าสิ้นสุดลงไปในปัจจุบันอันนั้น ไม่มีมากมายอะไรนัก เมื่อเผลอในปัจจุบันแล้วมันก็ยุ่งเหยิงสาวไป ยุ่งไปไม่มีสิ้นสุด และสาลวนวนเวียน วุ่นวายไปหมด ฉะนั้นทุกสิ่งทุกอย่างที่ผ่านมาแล้วก็ให้เหมือนกับเราตายหนีจากโลกชาติหนึ่ง ๆ มา เรื่องใด ๆ ที่มันจะทำใจให้ลุ่มหลง ให้เห็นว่ามันตายมาแล้ว มันหมดมาแล้ว ไม่ต้องเอามาคิดมานึก ไม่ต้องเอามายุ่ง ให้จิตรู้จิต ให้ใจรู้ใจ ทำความเพียรเพ่งอยู่จำเพาะดวงจิต ฉะนั้นในหลักพระธรรม พระองค์จึงตรัสไว้ว่า สวากฺขาโต

ภควตาธมฺโม ธรรมที่พระผู้มีพระภาคตรัสดีแล้ว สนฺทิฏฺฐิโก ต้องเห็นเอง คือว่าให้จิตใจดวงนี้แหละรู้เห็น อกาลลิโก ถ้ารู้แล้ว ไม่มีกาลไม่มีเวลา เมื่อใดเวลาไหน ภาวนาทำความเพียรละกิเลสได้ทั้งนั้น แต่ถ้าเผลอไปในเรื่องอดีตอนาคตแล้วละก็ไม่รู้ไม่เข้าใจ **เพราะธรรมะคำสอนของพระองค์นั้น ไม่เลือกกาลไม่เลือกสมัย ยุคใดสมัยใดก็มีอำนาจปฏิหาริย์อยู่อย่างเก่านั่นแหละ** บางคนยังบ่นว่าสมัยนี้ประพฤติปฏิบัติไม่ได้สำเร็จนิพพานเหมือนครั้งโน้น มักจะเข้าใจว่าธรรมวินัยคำสอนที่พระพุทธองค์ทรงแสดงว่ามันจืดจางไป ความจริงธรรมวินัยไม่จืดไม่จาง ไม่เลือกกาลไม่เลือกสมัย กาลใดสมัยใดดีเด่นอยู่อย่างเก่านั่นแหละ ถ้าผู้ปฏิบัติตั้งใจปฏิบัติจริงๆ รวมจิตรวมใจดวงนี้เข้าไปให้เป็นปัจจุบันจริงๆ มีอำนาจปาฏิหาริย์อย่างเดิมนั้นแหละ เอหิปสฺสิโก เป็นธรรมที่ร้องเรียกให้ผู้ปฏิบัติมาดูได้ที่กายที่จิต เอหิจงดู ปสฺสิโกจงเห็น จงรู้จงเห็นในจิตนี้ โอปนยิโก ให้น้อมเข้ามา ให้รวมเข้ามา ให้เตือนดวงจิตดวงนี้ว่า อย่าไปวุ่นวายภายนอก สงบเข้าไปตั้งให้มั่นดูให้ดี กำหนดให้ได้ สมาธิตั้งจิตให้มั่นปัญญารอบรู้ในกองสังขารที่มันปรุงแต่ง คิดนึกขึ้นมาในดวงจิตดวงใจอันนี้ ฉะนั้นพระองค์จึงตรัสในธรรมบทสุดท้ายว่า ปจฺจตฺตํ เวทิตพฺโพ วิญฺญูหิ วิญญูชนทั้งหลาย พึงรู้แจ้งเฉพาะตัว จำเพาะจิต ให้รู้ในจิตในใจของตัวเอง ใจนี้มักจะไปรู้ใจคนอื่น ผู้อื่นสัตว์อื่นเป็นส่วนมาก เรื่องของตัวเอง เรื่องของใจของเราเองไม่ค่อยมารู้สึกเท่าใดนัก พระองค์จึงเตือนบอกว่า ปจฺจตฺตํ เวทิตพฺโพ วิญฺญูหิ วิญญูชนทั้งหลาย ผู้ปฏิบัติทั้งหลาย พึงรู้แจ้งเฉพาะตัวจำเพาะจิตดวงรู้อยู่นี้ ในปัจจุบันนี้ อะไร ๆ มันเกิดขึ้นก็ให้เตือนจิตดวงนี้ว่า จิตนี้มันอย่าได้หลงในอดีตหลงในอนาคต รู้ในปัจจุบัน ละในปัจจุบัน แก้ไขในปัจจุบัน จิตก็จะมีความเยือกเย็นสบายเป็นสุขไม่ทุกข์ไม่ร้อนประการใด ทำความเพียรเพ่งอยู่ในกายในจิต ทำไมพระองค์จึงเตือนว่าในกายในจิตก็เพราะว่าจิตนั้นแหละมันหลงกาย เมื่อจิตมันหลงกาย มายึดกายถือกาย กาย เวทนา จิต ธรรมในสติปัฏฐาน **กาย** ก็จิตมันหลงกาย **เวทนา**ก็จิตมันหลงเวทนา **จิต** มันหลงความคิดความนึก **ธรรม** หลงอารมณ์ของจิตของใจความมุ่งมาดปรารถนานั้น ๆ ท่านจึงให้รวมสติปัฏฐาน ให้มาอยู่ในฐานของจิตรู้อยู่ภายใน

สิ่งอื่นนอกจากดวงจิตที่รู้อยู่ภายในอันนี้ออกไปทั้งหมดทั้งมวล ไม่เที่ยง เป็นทุกข์เป็นอนัตตา ไม่ใช่ตัวเรา ไม่ใช่ของเรา ไม่ควรไปหลงยึดหลงถือกับสิ่งใด ๆ

ทั้งหมด ให้ใจเข้าถึงธรรม ธรรมะความจริงใจ แจ้งในใจ รู้แจ้งในกาย รู้แจ้งในหลักอนิจจัง ทุกขังอนัตตา ไม่ยึดไม่ถือหน้าตาตัวตนคนเราอย่างนั้นอย่างนี้ เขาว่าร้ายมาก็อย่าไปยึด เขาว่าดีมาก็อย่าไปถือ วางให้มันเฉยอยู่ได้ในดวงจิตดวงใจ เกิดมาแล้วมันต้องตายภายใน ๑๐๐ ปี ไม่มีใครเลยไปได้ สิ่งใดมีประโยชน์ ไม่มีทุกข์โทษประการใด ก็รีบประกอบกระทำทั้งกาย วาจา จิต โดยเฉพาะการทำจิตใจให้บริสุทธิ์หลุดพ้นออกจากเรื่องราวอารมณ์สัญญา กิเลสตัณหาภายนอก มารู้แจ้งรู้จริงจิตใจอันเป็นปัจจุบันในที่นี้ นี่แหละที่อยู่ของสาวกของพระพุทธเจ้าอยู่ในดวงใจ ท่านไม่อยู่ในกาย ท่านไม่อยู่ภายนอก ท่านอยู่ภายใน รู้แจ้งในดวงใจ **ปจฺจตฺตํ เวทิตพฺโพ วิญฺญูหิ** วิญญูชนทั้งหลาย ผู้ปฏิบัติทั้งหลาย **พึงรู้แจ้งปัจจัตตังจำเพาะจิตอันนี้**

ฉะนั้นอุบายต่าง ๆ ดังกล่าวมานี้ เป็นอุบายปฏิบัติชำระจิตใจให้บริสุทธิ์หลุดพ้น เมื่อเราท่านทั้งหลายพากันได้สดับรับฟังแล้ว ได้ความจริงแจ้งในจิตของตนอย่างใด จงกำหนดจดจำไว้ ณ ภายใน แล้วน้อมนำไปประพฤติปฏิบัติก็คงได้รับความสุขความเจริญ เอวังก็มีด้วยประการฉะนี้

ศีลไม่ต้องออกชื่อเพราะถือแล้ว
สติแน่วบาลีเป็นที่สอง
สมาธิที่สามมั่นตามคลอง
ที่สี่ต้องอุตส่าห์พยายาม
คือกามะวิหิงสาพยาบาท
ต้องละขาดลามกวิตกสาม
ปัญญาจึงเกิดจำได้ทำตาม
บุญพาข้ามโลกลิบถึงนิพพาน

ประมวลพระพุทธภาษิต

๑. ดูกรคฤหบดี โสกะ ปริเทวะ ทุกข์ โทมนัส และอุปายาส ย่อมเกิดแต่ของที่รักเป็นมาแต่ของที่รัก

๒. ดูกรอานนท์ เราได้บอกเธอไว้ก่อนแล้วไม่ใช่หรือว่า ความเป็นต่าง ๆ ความพลัดพราก ความเป็นอย่างอื่นจากของรัก ของชอบใจทั้งสิ้นต้องมี เพราะฉะนั้นจะพึงได้ในของรักของชอบใจนี้แต่ที่ไหน สิ่งใดเกิดแล้ว มีแล้ว ปัจจัยปรุงแต่งแล้ว มีความทำลายเป็นธรรมดา การปรารถนาว่า ขอสิ่งนั้นอย่าทำลายไปเลย ดังนี้ มิใช่ฐานะจะมีได้

๓. ชีวิตของสัตว์ทั้งหลายในโลกนี้ ไม่มีเครื่องหมาย ใคร ๆ รู้ไม่ได้ ทั้งลำบากและประกอบด้วยทุกข์ สัตว์ทั้งหลายผู้เกิดแล้ว จะไม่ตายด้วยความพยายามอันใด ความพยายามอันนั้นไม่มีเลย แม้อยู่ได้ถึงชราก็ต้องตาย เพราะสัตว์ทั้งหลายมีอย่างนี้เป็นธรรมดา

ผลไม้สุกงอมแล้วชื่อว่าย่อมมีภัย เพราะจะต้องร่วงหล่นลงไปในเวลาเช้า ฉันใด สัตว์ทั้งหลายผู้เกิดแล้วชื่อว่าย่อมมีภัย เพราะจะต้องตายเป็นนิตย์ ฉันนั้น

ภาชนะดินที่นายช่างทำแล้วทุกชนิด มีความแตกเป็นที่สุด แม้ฉันใด ชีวิตของสัตว์ทั้งหลายก็ฉันนั้น ทั้งเด็ก ทั้งผู้ใหญ่ ทั้งคนเขลา ทั้งคนฉลาด ล้วนไปสู่อำนาจของมฤตยู มีมฤตยูเป็นที่ไปในเบื้องหน้าด้วยกันทั้งหมด

เมื่อสัตว์เหล่านั้นถูกมฤตยูครอบงำแล้ว ต้องไปปรโลก บิดาจะป้องกันบุตรไว้ก็ไม่ได้หรือพวกญาติจะป้องกันพวกญาติไว้ก็ไม่ได้ ท่านจงเห็นเหมือนเมื่อหมู่ญาติของสัตว์ทั้งหลายผู้จะต้องตาย กำลังแลดูรำพันอยู่โดยประการต่าง ๆ สัตว์ผู้จะต้องตายผู้เดียวเท่านั้นถูกมฤตยูนำไปเหมือนโคที่บุคคลจะพึงฆ่าถูกนำไปตัวเดียว

ความตายและความแก่กำจัดสัตว์โลกอยู่อย่างนี้ เพราะเหตุนั้น นักปราชญ์ทั้งหลายทราบชัดสภาพของโลกแล้ว ย่อมไม่เศร้าโศก

ท่านย่อมไม่รู้ทางของผู้มาหรือผู้ไป ไม่เห็นที่สุดทั้งสองอย่าง ถึงจะคร่ำครวญไปก็ไร้ประโยชน์ ถ้าผู้คร่ำครวญหลงเบียดเบียนตนอยู่ จะยังประโยชน์อะไร ๆ ให้เกิดขึ้นได้ ไซร้ บัณฑิตผู้เห็นแจ้งก็พึงกระทำความคร่ำครวญนั้น

บุคคลจะถึงความสงบใจได้ เพราะการร้องไห้ เพราะความเศร้าโศก ก็หาไม่ ทุกข์ย่อมเกิดขึ้นแก่ผู้นั้นยิ่งขึ้น และสรีระของผู้นั้นก็จะซูบซีด บุคคลผู้เบียดเบียนตนเอง ย่อมเป็นผู้ซูบผอม มีผิวพรรณเศร้าหมอง สัตว์ทั้งหลายผู้ละไปแล้วย่อมรักษาตนไม่ได้ด้วยความรำพันนั้น การรำพันไร้ประโยชน์ คนผู้ทอดถอนถึงบุคคลผู้ทำกาละแล้วยังละความเศร้าโศกไม่ได้ ตกอยู่ในอำนาจแห่งความเศร้าโศก ย่อมถึงทุกข์ยิ่งขึ้น

ท่านจงเห็นคนแม้เหล่าอื่นผู้เตรียมจะดำเนินไปตามยถากรรม (และ) สัตว์ทั้งหลายในโลกนี้ ผู้มาถึงอำนาจแห่งมัจจุแล้ว กำลังพากันดิ้นรนอยู่ทีเดียว ก็สัตว์ทั้งหลายย่อมสำคัญด้วยอาการใด ๆ อาการนั้น ๆ ย่อมแปรเป็นอย่างอื่นไปในภายหลัง ความพลัดพรากจากกันเช่นนี้ย่อมมี ได้

ท่านจงดูสภาพแห่งโลกเกิด มาณพแม้จะพึงเป็นอยู่ร้อยปีหรือยิ่งกว่านั้น ก็ต้องพลัดพรากจากหมู่ญาติ ต้องละทิ้งชีวิตไว้ในโลกนี้ เพราะเหตุนั้น บุคคลฟังพระธรรมเทศนาของพระอรหันต์แล้ว เห็นคนผู้ล่วงลับทำกาละแล้ว กำหนดอยู่ว่า บุคคลผู้ล่วงลับทำกาละแล้วนั้นเราไม่พึงได้ว่าจงเป็นอยู่อีกเถิดดังนี้ พึงกำจัดความรำพันเสีย บุคคลพึงดับไฟที่ไหม้ลุกลามด้วยน้ำ ฉันใดนรชนผู้เป็นนักปราชญ์มีปัญญาเฉลียวฉลาด พึงกำจัดความเศร้าโศกที่เกิดขึ้นเสียโดยฉับพลันเหมือนลมพัดนุ่น ฉะนั้น

คนผู้แสวงหาความสุขเพื่อตน พึงกำจัดความรำพัน ความทยานอยากและความโทมนัสของตน **พึงถอนลูกศร คือกิเลสของตนเสีย** เป็นผู้มีลูกศร คือกิเลสอันถอนขึ้นแล้ว อันตัณหาและทิฏฐิ ไม่อาศัยแล้ว ถึงความสงบใจ ก้าวล่วงความเศร้าโศกได้ทั้งหมด เป็นผู้ไม่มีความเศร้าโศกเยือกเย็น ฉะนี้แล

๔. ภัยเกิดแต่อาญชาของตน ท่านทั้งหลาย จงเห็นคนผู้ทะเลาะกัน เราจะแสดงความสลดใจตามที่เราได้สลดใจมาแล้ว เราได้เห็นหมู่สัตว์กำลังดิ้นรนอยู่ (ด้วยตัณหาและทิฏฐิ) เหมือนปลาในแอ่งน้ำน้อย ฉะนั้น ภัยได้เข้ามาถึงเราแล้ว เพราะได้เห็นคนทั้งหลายผู้พิโรธกันและกัน

โลกโดยรอบหาแก่นสารมิได้ ทิศทั้งปวงหวั่นไหวแล้ว เราปรารถนาความต้านทานแก่ตนอยู่ไม่ได้เห็นสถานที่อะไร ๆ อันทุกข์มีชราเป็นต้นไม่ครอบงำแล้ว เราไม่ได้มีความยินดีเพราะได้เห็นสัตว์ทั้งหลาย ผู้อันทุกข์มีชราเป็นต้นกระทบแล้วผู้ถึงความพินาศ

อนึ่ง เราได้เห็นกิเลสดุจลูกศรมีราคะเป็นต้น ยากที่สัตว์จะเห็นได้ อันอาศัยหทัยในสัตว์เหล่านี้ สัตว์ถูกกิเลสดุจลูกศรมีราคะเป็นต้นใดเสียบติดอยู่แล้ว ย่อมแล่นไปยังทิศทั้งปวง บัณฑิตถอนกิเลสดุจลูกศรมีราคะเป็นต้นนั้นออกได้แล้ว ย่อมไม่แล่นไปยังทิศและไม่จมลงในโอฆะทั้งสี่ (อารมณ์ที่น่ายินดีเหล่าใดมีอยู่ในโลก)

หมู่มนุษย์ย่อมพากันเล่าเรียนศิลปะ เพื่อให้ได้ซึ่งอารมณ์ที่น่ายินดีเหล่านั้น กุลบุตรผู้เป็นบัณฑิต ไม่พึงขวนขวายในอารมณ์ที่น่ายินดีเหล่านั้น พึงเบื่อหน่ายกามทั้งหลายโดยประการทั้งปวง พึงศึกษานิพพานของตน

มุนี พึงเป็นผู้มีสัจจะ ไม่คะนอง ไม่มีมายา ละการส่อเสียดเสีย เป็นผู้ไม่โกรธ พึงข้ามความโลภอันลามกและความตระหนี่เสีย

นรชนพึงครอบงำความหลับ ความเกียจคร้าน ความท้อแท้เสีย ไม่พึงอยู่ร่วมด้วยความประมาท ไม่พึงดำรงอยู่ในการดูหมิ่นผู้อื่น พึงมีใจน้อมไปในนิพพาน ไม่พึงน้อมไปในการกล่าวมุสา ไม่พึงทำความเสน่หาในรูป และพึงกำหนดรู้ความถือตัว พึงเว้นเสียจากความผลุนผลันแล้วเที่ยวไป ไม่พึงเพลิดเพลินถึงอารมณ์ที่ล่วงมาแล้ว ไม่พึงกระทำความพอใจในอารมณ์ที่เกิดขึ้นเฉพาะหน้า ไม่พึงเศร้าโศกถึงอารมณ์ที่กำลังละไปอยู่ ไม่พึงเป็นผู้อาศัยตัณหา

เรากล่าวความกำหนัดยินดีว่า เป็นโอฆะอันใหญ่หลวง กล่าวตัณหาว่าเป็นเครื่องกระซิบใจ ทำใจให้แล่นไปในอารมณ์ต่าง ๆ กล่าวตัณหาว่าเป็นอารมณ์แอบใจ ทำใจให้กำเริบ

เปือกตมคือกามยากที่สัตว์จะล่วงไปได้ พราหมณ์ผู้เป็นมุนี ไม่ปลีกออกจากสัจจะแล้วย่อมตั้งอยู่บนบก คือนิพพาน มุนีนั้นแล สละคืนอายตนะทั้งหมดแล้วโดยประการทั้งปวง เรากล่าวว่าเป็นผู้สงบ

๕. การให้ธรรมเป็นทาน ย่อมชำนะการให้ทั้งปวง รสแห่งธรรมย่อมชำนะรสทั้งปวงความยินดีในธรรมทั้งปวง ย่อมชำนะความยินดีทั้งปวง ความสิ้นตัณหาย่อมชำนะทุกข์ทั้งปวง

๖. บุคคลไม่ชื่อว่าตั้งอยู่ในธรรม ด้วยเหตุที่วินิจฉัยอรรถคดีโดยผลุนผลัน ส่วนผู้ใดเป็นบัณฑิตวินิจฉัยอรรถคดีและความอันเป็นอรรถคดีทั้งสอง วินิจฉัยบุคคลเหล่าอื่นโดยความไม่ผลุนผลัน โดยธรรมสม่ำเสมอ ผู้นั้นชื่อว่า คุ้มครองกฎหมาย เป็นนักปราชญ์ เรากล่าวว่าตั้งอยู่ในธรรม

บุคคลไม่ชื่อว่าเป็นบัณฑิต ด้วยเหตุเพียงที่พูดมาก บุคคลผู้มีความเกษมไม่มีเวรไม่มีภัย เราเรียกว่า เป็นบัณฑิต

บุคคลไม่ชื่อว่าทางธรรม ด้วยเหตุเพียงที่พูดมาก ส่วนผู้ใดฟังธรรมแม้น้อยแล้วย่อมพิจารณาเป็นธรรมด้วยนามกาย (และ) ไม่ประมาทธรรม ผู้นั้นแล ชื่อว่าเป็นผู้ทรงธรรม

บุคคลไม่ชื่อว่าเป็นเถระ เพราะเหตุที่มีผมหงอกบนศีรษะ วัยของบุคคลนั้นแก่งอมแล้วบุคคลนั้นเรากล่าวว่า เป็นผู้แก่เปล่า สัจจะ ธรรมะ อหิงสา สัญญมะ และทมะ มีอยู่ในผู้ใดผู้นั้นแลมีมลทินอันควายแล้ว เป็นนักปราชญ์ เราเรียกว่าเป็นเถระ

นรชนผู้นั้นมักริษยา มีความตระหนี่ โอ้อวด ไม่เป็นผู้ชื่อว่ามีรูปงามเพราะเหตุเพียงพูดหรือเพราะความเป็นผู้มีวรรณะงาม ส่วนผู้ใดตัดโทษมีความริษยาเป็นต้นนี้ได้ขาดถอนขึ้นให้รากขาดแล้ว ผู้นั้นมีโทษอันคายแล้ว มีปัญญา เราเรียกว่า ผู้มีรูปงาม

บุคคลไม่ชื่อว่าเป็นสมณะเพราะศีรษะโล้น บุคคลผู้ไม่มีวัตร พูดเหลาะแหละมากด้วย ความอิจฉาและความโกรธ จัดเป็นสมณะอย่างไรได้ ส่วนผู้ใดสงบบาปน้อยใหญ่ได้โดยประการทั้งปวง ผู้นั้นเรากล่าวว่าเป็นสมณะ เพราะสงบบาปได้แล้ว

บุคคลไม่ชื่อว่าเป็นภิกษุด้วยเหตุเพียงที่ขอคนอื่น บุคคลสมาทานธรรมอันเป็นพิษไม่ชื่อว่าเป็นภิกษุด้วยเหตุนั้น ผู้ใดในโลกนี้ลอยบุญและบาปแล้ว ประพฤติพรหมจรรย์ รู้ธรรมทั้งปวงแล้วเที่ยวไปในโลก ผู้นั้นแลเราเรียกว่าเป็นภิกษุ

บุคคลไม่ชื่อว่าเป็นมุนี เพราะความนิ่ง บุคคลผู้หลงลืมไม่รู้แจ้ง ไม่ชื่อว่าเป็นมุนี ส่วนผู้ใดเป็นบัณฑิตถือธรรมอันประเสริฐ เป็นดุจบุคคลประคองตราชั่ง เว้นบาปทั้งหลายผู้นั้นชื่อว่าเป็นมุนี เพราะเหตุนั้นผู้นั้นชื่อว่ามุนี ผู้ใดรู้จักโลกทั้งสอง ผู้นั้นเราเรียกว่าเป็นมุนีเพราะเหตุนั้น

บุคคลใดไม่ชื่อว่าเป็นอริยะ เพราะเหตุที่เบียดเบียนสัตว์ทั้งปวง บุคคลที่เราเรียกว่าเป็นอริยะ เพราะไม่เบียดเบียนสัตว์ทั้งปวง

๒. เมื่อเรือนถูกไฟไหม้แล้ว เจ้าของเรือนขนเอาภาชนะใดออกไปได้ภาชนะนั้นย่อมเป็นประโยชน์แก่เขา ส่วนสิ่งของที่มิได้ขนออกไป ย่อมไหม้ในไฟนั้น ฉันใด

โลก (คือหมู่สัตว์) อันชราและมรณะเผาแล้ว ก็ฉันนั้นควรนำออก (ซึ่งโภคสมบัติ) ด้วยการให้ทาน เพราะทานวัตถุที่บุคคลให้แล้ว ได้ชื่อว่านำออกดีแล้ว

ทานวัตถุที่บุคคลให้แล้วนั้น ย่อมมีสุขเป็นผล ที่ยังมิได้ให้ ย่อมไม่เป็นเหมือนเช่นนั้น โจรยังปล้นได้ พระราชายังริบได้ เพลิงยังไหม้ได้หรือสูญหายไปได้

อนึ่ง บุคคลจำต้องละร่างกายพร้อมด้วยสิ่งเครื่องอาศัยด้วยตายจากไป ผู้มีปัญญารู้จักดังนี้แล้ว ควรใช้สอยและให้ทาน เมื่อได้ให้ทานและใช้สอยตามควรแล้ว จะไม่ถูกติฉินเข้าถึงสถานที่อันเป็นสวรรค์

๘. จิตที่อบรมแล้วย่อมควรแก่การงาน ย่อมเป็นไปเพื่อประโยชน์อย่างใหญ่ ย่อมนำสุขมาให้

๙. คนมีปัญญาเฉลียวฉลาด ย่อมตั้งตนไว้ด้วยต้นทุนแม้น้อย ดุจคนก่อไฟน้อยๆ ให้เป็นกองใหญ่ฉะนั้น

คติพจน์ของผู้พิทักษ์สันติราษฎร์

เคารพเอื้อเฟื้อต่อหน้าที่
กรุณาปรานีต่อประชาชน
อดทนต่อความเจ็บใจ
ไม่หวั่นไหวต่อความยากลำบาก
ไม่มักมากในลาภผล
มุ่งบำเพ็ญตนให้เป็นประโยชน์แก่ประชาชน
ดำรงตนในยุติธรรม
กระทำการด้วยปัญญา
รักษาความไม่ประมาทเสมอชีวิต ฯ

นานา คติธรรม–คำสอนใจ

เมื่ออยากได้ ทรัพย์ยศ ไมตรีมิตร ลำพังคิด เท่านั้น มันไม่ได้
ต้องลงมือ มุ่งทำ ประจำไว้ ประโยชน์ใน ปัจจุบัน ขยันยง

สังคห คุณแพร่ ออกแผ่อ้อม อบายมุข ทุกข์ล้อม สละส่ง
ประพฤติจน ผลประจักษ์ หลักธรรมตรง สมประสงค์ สำราญ ตระการใจ ฯ

อาจรู้จัก บ่าวว่าดี เมื่อมีกิจ ญาติสนิท เมื่อสมัย ภัยให้ผล
มิตรก็ฉัน เดียวกัน ในวันจน ภริยาตน เมื่อทรัพย์ ลับสูญไป ฯ

ผู้ถือฤกษ์ ยามนั้น ท่านว่าเขลา มัวคอยดาว ยึดยาด ไม่อาจหาญ
จะทำกิจ สิ่งใด ไม่ทันกาล ประโยชน์ผ่าน ไปเสีย ละเหี่ยใจ

วัน เดือน ปี มีอยู่ เป็นธรรมดา มิได้พา ให้ดีเลว และเหลวไหล
ตนทำชั่ว ก็ได้ชั่ว ของตัวไป ทำดี ไซร้ ก็ได้ดี ตามที่ทำ ฯ

อันตัณหา พาคน ให้จนยาก ยิ่งอยากมาก ยิ่งประกาศ ความขัดสน
ความไม่พอ ส่อให้เห็น เป็นคนจน รู้สึกตน พอเมื่อไร รวยใหญ่เอย ฯ

การเวียนเกิด เวียนตาย ในภพสาม สุดแต่กรรม ชั่วดี ที่สั่งสม
สุขหรือทุกข์ ผลตาม กรรมนิยม อย่าหลงงม โทษไท้ ให้ป่วยการ ฯ

ผลของทาน ย่อมบันดาล ให้ร่ำรวย ผลศีลช่วย ให้สวย มีภูมิฐาน
ภาวนา ให้ฉลาด ปราศภัยพาล ทั้งสามฐาน ควรกระทำ ประจำวัน ฯ

คนขยัน อยู่ที่ไหน เขาไม่เกลียด คนขี้เกียจ ชอบโป พุทโธ่พุทถัง
คนซื่อซื่อ ชื่อดี ยี่ห้อดัง คนโกงตั้ง ตัวได้ ก็ได้นาน ฯ

เมื่อเกิดมา มีอะไร มากับเจ้า ใยมัวเมา โลภลาภ ทำบาปใหญ่
เจ้ามาเปล่า แล้วจะเผ้า เอาอะไร เจ้าก็ไป ตัวเปล่า เหมือนเจ้ามา

ควรเร่งสร้าง กรรมดี หนีกิเลส พึ่งพระเวท อภิธรรม พร่ำศึกษา
หมั่นเจริญศีล สมาธิ ปัญญา จึงจะพา พ้นทุกข์ สุขนิรันดร์ ฯ

บางตอนจากโอวาทของท่านพระอาจารย์ฝั้น อาจาโร

วัดอุดมสมพร อำเภอพรรณานิคม จังหวัดสกลนคร

อย่าประมาทเรื่องความตาย ว่าจะมาถึงเมื่อไรก็ได้ จึงให้พยายามใช้ชีวิตปัจจุบัน กระทำความดี กล่าวคือบุญกุศลให้มาก ๆ เรายังไม่ตายอะไร ๆ ก็พอเป็นที่พึ่งได้หลายอย่าง เช่น บ้านเรือน ทรัพย์สินเงินทอง พี่น้องลูกหลาน แต่พอเราจะตายพวกเหล่านั้น เอาเป็นที่พึ่งไม่ได้สักอย่าง จะมีแต่บุญกับบาปเท่านั้นที่จะไปกับเรา เราอยากได้ความสุขก็ต้องรู้จักประกอบเหตุแห่งความสุข มันถึงจะได้

อย่างเช่นการภาวนา "พุทโธ ๆ" นี้ ที่ให้ทุกคนพยายามภาวนาอยู่เสมอ เป็นการทำใจของเราให้อยู่กับพระอยู่กับคุณงามความดีของท่านและของเรา การคิด การพูด การทำของเรา ก็จะเป็นไปด้วยความดี ถ้าเราไม่หมั่นภาวนา เวลาใกล้จะตายจะให้คนอื่นมาคอยบอก "พุทโธ" หรือ "อรหัง" นั้นไม่ค่อยมีประโยชน์ คนเจ็บใกล้ตายจะมีสติระลึกได้แค่ไหน ถ้ายามเป็นไม่ขวนขวายของตนไว้

เรื่องการเข้าวัดต้องรู้จัก โบสถ์หรือเป็นวัด ศาลาหรือเป็นวัด กุฏิหรือเป็นวัด อันนั้นไม่สำคัญ การเข้าวัดต้องรู้จักวัดความดีความชั่วของตน วัดสำคัญไม่มีหลายวัด มีวัดเดียวที่ใจของตนนี้แหละ

เก็บความโดยพระบุญกู้ อนุวฑฺฒโน

การทำอานาปาน์ คือการนับลมหายใจ เป็นการบริหารจิตที่ง่าย และได้ผลอย่างประหลาด เฉพาะอย่างยิ่งในการพักใจ ในการเปลี่ยนอารมณ์ในการฆ่าเวลา ในการถอนใจจากความรำคาญ และในการนอนให้หลับ การนับลมหายใจของตนเองจะช่วยท่านได้มาก

ถ้าจิตอยู่ในประเภท ก. คือจิตติดอารมณ์ (ไม่ยอมหยุดคิด) และ ข.จิตฟุ้งซ่านไปทางโสมนัส ให้นับแบบรวมจิต คือนับจากมากไปหาน้อย คือ ๑–๑๐, ๑–๙,–๑.

จิตจะค่อย ๆ รวมตัวเข้า ถ้ารู้สึกว่าจิตจะเข้าภวังค์ให้ปล่อยเลย ไม่ต้องนับต่อไป

ถ้าจิตอยู่ในประเภท ค. คือจิตฟุ้งซ่านไปทางโทมนัส ให้นับแบบขยายจิต คือ นับตั้งต้นจากน้อยไปหามาก คือ ๑, ๑–๒, ๑–๒–๓, ๑–๒----๑๐. เมื่อถึง ๑๐ แล้ว หากจิตทำท่าจะเข้าภวังค์ คือมีนิมิตปรากฏ หรือจิตวางอารมณ์ภายนอกมากแล้วก็ให้ปล่อยเลย แต่ถ้าจิตยังกระด้างอยู่ ให้ตั้งต้นใหม่

ข้อบังคับการนับลม

๑. ต้องนับให้ต่อเนื่องกันโดยตลอด ห้ามพักในระหว่าง

๒. ขณะที่นับไปถึงระยะหนึ่ง จิตเกิดสงสัยว่า ตัวนับถึงหมวดไหนแน่ อย่างนี้ให้ทำโทษโดยนับขึ้นต้นใหม่

๓. อย่าเร่งลม อย่ายึดลม ให้ปล่อยตามธรรมชาติ อย่านึกอยากอย่างนั้นอย่างนี้

๔. ถ้าเกิดนิมิตขึ้นอย่าตกใจ อย่ายึดถือ ให้วางเสียตั้งใจนับลมต่อไป

วิธีปฏิบัติ

๑. เริ่มด้วยเอาจิตจ่อไว้ที่ปากช่องจมูก ดูลมผ่านเข้าออกสักครู่หนึ่งก่อน เพื่อจะหาดูว่าหายใจขนาดไหนเป็นสบายที่สุด

๒. เริ่มทดลอง – หายใจเข้าออกช่องจมูกช่องขวา ๓ ครั้ง ช่องซ้าย ๓ ครั้งและหายใจเข้าออกพร้อมกันทั้งสองช่อง ๓ ครั้ง ที่ว่านี้คือเพียงนึกเอา ลมก็จะผ่านเข้าออกช่องนั้นเอง ไม่ต้องเอามืออุดจมูก

๓. เริ่มนับ โดยจับลมเข้าก่อน พอหัวลมใจเข้ากระทบช่องจมูกเข้าไปให้เริ่มนับ ๑ ขณะนั้นจิตตามหัวลมนั้นเข้าไป ๆ ถึงท้องน้อยแล้วนำกลับออก ๆ ถึงปากช่องจมูก แล้วจิตหยุดอยู่ที่นั้น ปล่อยให้ลมผ่านออกไปใจเราดูลม ดูจนกระทั่งหางลมผ่านออกหมด แล้วเริ่มนับลมเข้า ๒ ต่อไป โปรดคิดถึงการเขียนสระ ู ลมที่เข้าไปในท้อง ตั้งแต่เข้าจนออกจะมีลักษณะเป็นสายขาเข้าสัมผัสทางหน้าท้อง ขาออกสัมผัสทางสันหลัง เหมือนเราเขียนสระ ู

ส่วนการบังคับลมให้วกวนไปตามส่วนของร่างกาย ให้เริ่มทำเมื่อชำนาญแล้ว คือเห็นลมหายใจเป็นเส้นใสละเอียดเย็นสนิท ซึ่งเมื่อถึงขั้นนั้นแล้วลมอยู่ในอำนาจจิตจะบังคับให้แวะไปสมอง ที่เท้า ที่แขน ขาก็ทำได้

พ.อ.ปิ่น มุทุกันต์

ธรรมบรรยาย

โดย ท่านอาจารย์บุญกู้ อนุวัฒโน
สำนักวัดอโศการาม สมุทรปราการ

พระพุทธศาสนา ได้ชื่อว่าเป็นศาสนาของผู้รู้ ซึ่งมีสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเป็นพระบรมศาสดาในยุคหนึ่ง ๆ พระพุทธองค์ทรงเป็นองค์แรกที่สามารถตรัสรู้ธรรมวิเศษอันยังพระองค์ให้หมดจดจากกิเลสน้อยใหญ่ ส่งผลให้หมดความทุกข์ความยากทางใจโดยสิ้นเชิง ด้วยพระมหากรุณาต่อสรรพสัตว์ทั้งหลาย พระองค์จึงได้ทรงประกาศศาสนา มีการออกสั่งสอนเวไนยสัตว์ให้รู้ตามเห็นตามธรรม ที่พระองค์ได้ทรงค้นพบนั้น ปรากฏผลคือมีผู้รู้แจ้งเห็นจริงขึ้นมาตามลำดับ มากบ้างน้อยบ้างสืบ ๆ กันมาจนถึงทุกวันนี้

ธรรมดาคนเราล้วนมีความรู้อยู่ด้วยกันทุกคน สุดแต่ว่าได้ศึกษาหรือสั่งสมอบรมมาในด้านหนึ่งแขนงใดเป็นเกณฑ์ แม้กระนั้นก็ยังคงมีความหลง หรือความรู้ไม่จริงแฝงอยู่ด้วยไม่มากก็น้อย จึงยังคงมีทั้งความสุขความทุกข์สลับกันไปเรื่อย ๆ

สำหรับในทางพระพุทธศาสนานั้น ท่านมุ่งหมายให้มีความรู้แจ้งในเรื่องของชีวิตว่าคนเราควรจะปรับปรุงตนอย่างไรจึงจะทำให้พ้นจากความทุกข์ยาก ถึงซึ่งความสุขอันไพบูลย์ได้จริง โดยมีข้อชี้แจงถึงประโยชน์ ๓ ประการที่ควรบำเพ็ญ กล่าวคือ

(๑) **ประโยชน์ชาตินี้** เพื่อที่จะยังความสมบูรณ์ให้แก่ตน ในเรื่องการครองชีพมีหลักอยู่ ๔ อย่าง

๑. ต้องมีความขยันหมั่นเพียรต่อกิจธุระหน้าที่
๒. รู้จักอดออมเก็บรักษาทรัพย์สินที่หามาได้ไว้บ้าง
๓. มีมิตรสหายที่ดีจะได้ช่วยเหลือชักจูงกันไปในทางที่ดียิ่งขึ้น
๔. รู้จักใช้ทรัพย์เลี้ยงชีวิตตามสมควรแก่อัตตภาพ

(๒) **ประโยชน์ชาติหน้า** ทุก ๆ ชีวิตย่อมถึงซึ่งจุดจบ คือความตายด้วยกันทั้งสิ้น และไม่ว่าจะเป็นญาติสนิทมิตรสหายก็ช่วยอะไรเราต่อไปไม่ได้ ทรัพย์สมบัติที่เหลืออยู่ก็เอา

ไปด้วยไม่ได้ แม้อัตตภาพร่างกายก็จำต้องละทิ้งไว้ในโลกนี้ จะมีเพียงบุญและบาปเท่านั้นที่จะเป็นสมบัติของจิตใจไปสู่ปรโลก ผู้สั่งสมบุญคือความดีไว้ก็ไปเป็นสุข หากมีแต่บาปกรรมความชั่วก็ไปเป็นทุกข์ เพื่อความมั่นใจที่จะมีความสุขในโลกหน้า ต้องปฏิบัติดังนี้

๑. มีศรัทธา ความเชื่อที่ถูกต้องไม่งมงาย เช่นเชื่อการตรัสรู้ของพระพุทธเจ้า เชื่อต่อพระธรรมคำสั่งสอนที่มีเหตุมีผลเป็นต้น

๒. มีศีลกำกับกายวาจาไม่ให้เสียหาย

๓. มีจาคะ การรู้จักเสียสละประโยชน์ตนเพื่อประโยชน์ผู้อื่นบ้าง

๔. มีปัญญา ความฉลาดรอบรู้ในสิ่งต่าง ๆ ว่าอะไรเป็นคุณ อะไรเป็นโทษ แล้วสร้างแต่คุณ เว้นสิ่งที่เป็นโทษเสีย

(๓) **ประโยชน์อย่างยิ่ง** พระพุทธเจ้าทรงชี้ให้เห็นว่า คนเราที่เกิดมานั้นล้วนมีอาสวะกิเลส กล่าวคือความโลภ โกรธ หลง อันยังจิตใจให้เศร้าหมองอยู่ด้วยกันทั้งนั้น ไม่ว่าใครจะอยู่ในฐานะตำแหน่งใด ถ้ายังไม่หมดกิเลสแล้ว ความทุกข์ทางใจจะยังติดตามผู้นั้นอยู่เสมอ เป็นพระราชามหากษัตริย์ก็ต้องทุกข์อย่างพระราชามหากษัตริย์ เป็นเศรษฐีก็มีทุกข์อย่างเศรษฐี เป็นคนจนก็ทนทุกข์อย่างคนจน ที่จะให้พ้นทุกข์ทางใจได้นั้นต้องมุ่งชำระจิตใจให้สะอาดบริสุทธิ์จากกิเลสเป็นข้อสำคัญ โดยมีการละเว้นการกระทำชั่วทุกชนิดและการบำเพ็ญคุณงามความดีทุกอย่างเป็นเครื่องประกอบ ประมวลข้อปฏิบัติโดยย่อก็ได้แก่ ทาน ศีล ภาวนา นั่นเอง

ทาน เปรียบเหมือนบ้านเรือน ที่กอปรด้วยห้องหับน้อยใหญ่ ทำด้วยวัตถุอย่างเลว อย่างกลาง หรืออย่างดี นับแต่กระท่อมซอมซ่อ จนถึงตึกโอ่โถง ขึ้นอยู่กับความสามารถของเจ้าของในเรื่องนี้เป็นส่วนใหญ่ ส่วนปลีกย่อยซึ่งเทียบได้แก่อุปกรณ์ เครื่องประกอบให้ความมั่นคงและความสะดวกต่าง ๆ ก็คือคุณงามความดี หรือการบำเพ็ญประโยชน์ต่อผู้อื่น มีประเภทต่าง ๆ จำแนกแจกซอยลงไปอีกมากมาย ใครได้สร้างสมไว้มาก คฤหาสน์ชีวิตของตนก็มั่นคงมาก อยู่สบายมากด้วย

ศีล คล้ายกับศิลาหรือเสาเข็มของคฤหาสน์ ผู้มีศีลเท่ากับการตอกเข็มฝังเสา วางรากฐานของชีวิตให้เป็นไปอย่างมั่นคงแข็งแรง ใครสามารถมากก็ลงเข็มให้มากไว้ จำนวน

มาตรฐานที่ "**นายช่างใหญ่**" ทรงกำหนดไว้ อย่างน้อยต้องมีเข็ม ๕ อัน คือศีล ๕ จะให้มีมากกว่านี้ก็ได้ ถ้าสามารถให้มีถึง ๘ อัน ๑๐ อันหรือ ๒๒๗ อัน เป็นดีทั้งนั้น แต่ถ้าใครมีน้อยกว่า ๕ อันแล้วต้องระวัง ไม่ช้าไม่นานคฤหาสน์ชีวิตของตนมีหวังทรุดหรือพังลงได้ง่าย ๆ และดีไม่ดีมิใช่จะพังแต่ของตนหลังเดียว ยังอาจพังทับบ้านหลังอื่นให้เขาต้องเดือดร้อนไปอีกด้วย

ภาวนา เทียบได้แก่ส่วนหลังคาของอาคาร อันเป็นสิ่งที่ปกป้องคุ้มครองให้ความร่มเย็น และเป็นศรีสง่าแก่ผู้เป็นเจ้าของ ใครไม่มีหลักภาวนาเอาเสียเลย เท่ากับเรือนไม่มีหลังคา ฝนตกก็เปียก แดดส่องก็ร้อน เช่นผู้ที่ไม่มีหลักธรรมประจำใจ ใครเขาโจมตีนินทาก็เป็นทุกข์ ใครเขาสรรเสริญเยินยอก็ลืมตัวลิงโลด หาความสงบสันติสุขในจิตใจจริง ๆ ได้ยาก ด้วยเหตุฉะนี้ ท่านจึงสอนเรื่องภาวนาไว้ให้ด้วย จะได้ทำความสมบูรณ์ร่มเย็นเป็นสุขให้แก่ชีวิตของตนได้เต็มที่

อย่างไรก็ตาม เรื่องของทาน การให้ เรื่องของศีล การสำรวมรักษากาย วาจาให้เป็นปกติเรียบร้อย รู้สึกเป็นที่เข้าใจและบำเพ็ญกันเป็นส่วนใหญ่แล้ว เพียงแต่จะมากน้อยกว่ากันเท่านั้น ผลที่เห็นได้ชัดคือประโยชน์สุขของผู้รับทาน ความไม่เสียหายของผู้ใดจากผู้มีศีล และในขณะเดียวกันผู้บำเพ็ญก็จะได้ผลทางจิตใจ อันได้แก่ความปีติและสงบเยือกเย็นใจเป็นเครื่องตอบแทนที่หาค่ามิได้ทีเดียว เพราะเรื่องของทานนั้น เมื่อทำด้วยความบริสุทธิ์ใจไม่หวังผลตอบแทนในด้านวัตถุ จะมีส่วนช่วยต่อต้านให้กิเลสความโลภอ่อนกำลังลงไปเรื่อย ๆ ศีลที่รักษาโดยมุ่งขัดเกลากิเลสเป็นเกณฑ์ ก็มีส่วนทำให้ความโกรธเบาบางลงได้เช่นกัน แต่แม้ว่าเราจะบำเพ็ญทานหรือรักษาศีลมาเป็นเวลานานก็ตาม หากยังขาดการภาวนาที่ถูกต้อง การชำระจิตใจให้หมดจดจากกิเลสจะสำเร็จผลขึ้นมาจริงจังไม่ได้ เพราะจิตใจยังจะไม่มีพลังสูงพอที่จะทำลายกิเลสได้เต็มที่

การปฏิบัติที่เรียกว่าภาวนานั้น โดยทั่วไปท่านหมายถึง

๑. การศึกษาศิลปวิทยา

๒. การปฏิบัติงานโดยมีการวิจัยเหตุผล

๓. การทำจิตใจให้สงบ หรือเรียกว่าสมถะ

๔. การใช้ปัญญาคิดค้นความจริง ซึ่งเรียกว่าวิปัสสนา

สำหรับผู้ที่มุ่งประโยชน์อย่างยิ่ง กล่าวคือพระนิพพาน จะต้องอาศัยสมถะกับวิปัสสนา ทั้งสองอย่างนี้เป็นข้อปฏิบัติอันสำคัญที่จะเว้นข้ามไปเสียมิได้ นอกจากอาจยิ่งหรือหย่อนกว่ากันได้บ้างตามความเหมาะสมของแต่ละบุคคล สมถะหรือการทำสมาธิจะเป็นผลให้จิตของผู้บำเพ็ญสงบระงับ ตั้งมั่น ปราศจากความฟุ้งซ่านใด ๆ แล้ววิปัสสนาการพิจารณากฎธรรมดาแห่งสังขารตามเป็นจริงด้วยปัญญา ก็จะเจริญขึ้นโดยลำดับ อันสามารถเป็นเหตุให้จิตหลุดพ้นจากอาสวะกิเลสน้อยใหญ่ลงได้ ถ้าสมาธิและปัญญานั้นแก่กล้าพอ

พระพุทธศาสนาสอนให้รู้ให้เข้าใจในเรื่องของชีวิตตามความเป็นจริง ว่าทุก ๆ ชีวิตถูกห้อมล้อมไปด้วยทุกข์ทั้งนั้น แต่สอนให้กำหนดรู้ ไม่ได้ให้แก้ที่ตัวทุกข์ กลับชี้ให้แก้ไขให้ละที่สมุทัย อันได้แก่พวกตัณหาความทะยานอยากต่าง ๆ ให้เบาบางลง การดับตัณหาลงได้เรื่อย ๆ ไม่ว่าจะมากหรือน้อย นิโรธความดับทุกข์ก็จะปรากฏตัวขึ้นทุก ๆ ครั้งตามส่วนกัน ถึงแม้จะเป็นเพียงชั่วคราวไม่ถาวรก็ยังดี ส่วนวิธีการนั้นก็ไม่ใช่อื่นไกล ได้แก่ข้อปฏิบัตินับตั้งแต่ ทาน ศีล ภาวนา หรือ ศีล สมาธิ ปัญญา ที่สืบเนื่องมาจากมรรคแปดนั่นเอง

ชีวิตของเราจะไม่เสียทีเปล่า ที่ได้เกิดมาในร่มเงาแห่งพระพุทธศาสนา หากว่าเราจะได้สนใจ สละเวลาศึกษาและบำเพ็ญตามหลักธรรมของท่านดู ข้อสำคัญอยู่ที่การทำจริง

"คิดก็ไม่สำเร็จ พูดก็ไม่สำเร็จ ทำเท่านั้นแหละ จะนำไปสู่ความสำเร็จผลได้ในที่สุด"

พระบุญกู้ อนุวฑฺฒโน

อย่าเสียใจ ว่าใคร ไม่ให้พึ่ง
ยังผู้หนึ่ง พึ่งได้แท้ แน่นักหนา
ผู้นั้นหรือ คือตัว อาตมา
จะพึ่งพา ได้ทุกอย่าง จนวางวาย

หากรอบรู้ คำพังเพย เมื่อเอ่ยพจน์ ตรึงใจคน

◎ ความหวังคือยาบำรุงใจของคนจน ความอดทนคือยาบำรุงความสามารถ

◎ อย่าเป็นโจรในวิหาร อย่าเป็นพาลในเครื่องแบบ

◎ ความยากจนขัดข้อง เป็นเครื่องทดลองความเป็นมิตร

◎ เมื่อมีคำขอโทษ ความโกรธย่อมเสื่อมหาย

◎ คนโง่ไม้ทายาท คนฉลาดนั่งนิ่งพึ่ง

◎ ผู้ที่ไม่เคยรบศึก ย่อมจะนึกว่าตนกล้า

◎ ความระแวงเป็นต้นเหตุแห่งความกลัว ความชั่วเป็นต้นเหตุแห่งความฉิบหาย

◎ ความดีซื้อชื่อเสียงมาได้ ความจัญไรขายชื่อเสียงหมด

◎ คุกไม่ใช่ห้าง ตะรางไม่ใช่โฮเต็ล

◎ น้ำรั่วทีละหยด ยังหมดตุ่ม

◎ อย่าดูถูกบุญกรรมว่าทำน้อย น้ำตาลย้อยมากเมื่อไรได้นักหนา

◎ พุ่มเพื่อยต้องวิบัติ ไม่มัธยัสถ์ต้องเดือดร้อน

◎ คนดีพูดน้อย คนถ่อยพูดมาก

◎ จงใช้ปากแต่ช้า ๆ จงใช้ปัญญาให้เร็วขึ้น

◎ โง่มาก่อนฉลาด ความสามารถมาก่อนเงินตรา

◎ เมื่อซื้อของต้องรู้จักใช้ตา เมื่อพึ่งเจรจาต้องรู้จักใช้หู

◎ คนเลวขี้ขอ คนมอซอขี้ยืม

◎ ถ้าจะรักกันให้นาน อย่าริอ่านขอยืมเงิน

◎ โชคลาภชอบวิ่งเข้าหาคนกล้า แต่ความขายหน้าชอบวิ่งเข้าหาคนขลาด

◎ ความดีเป็นเครื่องประดับตัว ความชั่วเป็นเครื่องประจานตน

◎ จงตักเตือนเพื่อนในที่ลับสนิท แต่ชมเชยมิตรในที่ชุมชน

◎ นอนหัวค่ำตื่นสาย คือคนที่ตายไปทีละน้อย

◎ อย่าวางจิตว่าไม่มีภัย อย่าวางใจว่าไม่มีศัตรู

◎ อย่านินทาคนตาย อย่าทำร้ายคนนอนหลับ

◎ ประกาศนียบัตรเป็นเครื่องวัดความรู้ งานที่ทำอยู่เป็นเครื่องวัดความสามารถ

◎ ทำก่อน นอนทีหลัง จะมั่งคั่งในวันหน้า

◎ หาสลึงกินเฟื้อง จะรุ่งเรืองไปข้างหน้า

◎ หาหนึ่งบาทกินสองบาท จะพินาศในอนาคต

◎ ค่อยเดินค่อยไป แม้ไกลก็ต้องถึง

◎ แม้หนึ่งบาทในมือจะน้อย ยังดีกว่าเงินร้อยในความหวัง

◎ อย่าพลาดเวลานัด อย่าผลัดเวลาทำงาน

◎ ถ้าไม่ปลูกต้นไม้ ทำไมผลจะออกให้

◎ อย่ายืมจมูกคนอื่นหายใจ มิว่าสิ่งใดควรทำได้ด้วยมือตน

◎ ถ้าไม่ก้าวไปข้างหน้า ก็ต้องอยู่ล้าหลังเพื่อน

◎ ฟังไม่ได้ศัพท์ อย่าจับเอาไปกระเดียด

◎ เสือตายเพราะหนัง ช้างตายเพราะงา พระราชาตายเพราะราชสมบัติ

◎ กล้านักมักบิ่น ขลาดนักมักทื่อ

◎ คนดีเห็นนาน คนพาลเห็นเร็ว

◎ อย่าโต้เถียงกับคนโง่ อย่าคุยโวกับคนฉลาด

◎ โชครอคนกล้า เงินตรารอคนวิริยะ

◎ รักเมียต้องให้ความสุข รักลูกต้องให้การอบรม

◎ การยิ้มของผู้ให้ เป็นยาบำรุงใจของผู้รับ

◎ ความสุภาพไม่มีราคาซื้อขาย แต่มีค่ามากหลายกว่าของที่มีราคา

◎ คบมิตรอย่าขี้รดเรือน คบเพื่อนอย่าหักหลังกัน

◎ การพูดหยาบช้าเป็นยาตาย การพูดหยาบคายเป็นยาพิษ

◎ พูดไพเราะคือยากำลัง พูดให้ความหวังคือยาหอม

◎ คบคนดีมีศรีแก่ตัว คบคนชั่วอัปราชัย

◎ เป็นราชสีห์อย่าหมิ่นหนู เป็นพญางูอย่าหมิ่นพังพอน

◎ รักหญิงอย่าขาดเยือน รักเพื่อนอย่าขาดเยี่ยม

◎ มรรยาทดี คนเคารพ มรรยาทบัดซบ คนเกลียดชัง

◎ โชคลาภย่อมมีแก่คนมานะ ผู้ไม่มีวิริยะย่อมมีแต่ความเสื่อมโทรม

◎ จงทำดีไว้ก่อนตาย ชีวิตวางวายเป็นหมดโอกาส

◎ หนทางที่จะไปเป็นเศรษฐี คือวิถีที่เต็มไปด้วยขวากหนาม

◎ โทษอุกฉกรรจ์หนักหนา คือโทษโกงเวลาตนเอง

◎ ร้อนอากาศทนได้ ร้อนใจสิเหลือทน

◎ รู้จริงมีคนคบ รู้ไม่จบมีคนค่อน

◎ เพลิงทำลายป่า สุราทำลายคน

◎ คนขยันย่อมเห็นแก่งาน คนขี้คร้านย่อมเห็นแก่นอน

◎ จดดีกว่าจำ ทำดีกว่าพูด

◎ ถ้ำเดียวไม่มีเสือสองตัว หนึ่งครอบครัวไม่มีสองเจ้าบ้าน

◎ อันต้นร้ายปลายดีไม่มีโทษ เป็นประโยชน์ยาวยืนอยู่หมื่นแสน

◎ อย่าอวดดีมีทรัพย์เที่ยวจับแจก ทำเกี่ยวแผกมุงป่าพาฉิบหาย
ใครจะช่วยตัวเราก็เปล่าดาย อย่ามักง่ายเงินทองของสำคัญ

◎ อันความคิดวิทยาเหมือนอาวุธ ประเสริฐสุดสอดใส่ไว้ในฝัก
สงวนคมสมนึกใครฮึกฮัก จึงค่อยชักเชือดฟันให้บรรลัย

◎ อันบรรดาข้าไทที่ใจซื่อ จงนับถือถ่อมศักดิ์สมัครสมาน
อนึ่งคนมนตร์ขลังช่างชำนาญ ควรพบพานผูกไว้เป็นไมตรี

◎ หักหลังนายเรา ทุบหม้อข้าวตัวเอง

◎ ตำรับคือยอดเงินตรา ตำราคือยอดอาจารย์

◎ ของเหลือดีกว่าท้องแตก ตาแหกดีกว่าตาบอด

◎ กลองจะดังต้องมีคนตี แต่หมาจะขี้ไม่ต้องมีใครยกหาง

◎ ข้าวไม่มีศาล สมภารไม่มีวัด เศรษฐีไม่มีสมบัติ
กษัตริย์ไม่มีเมืองครอง ใครจะปองนับถือ

◎ พลั้งปากเสียศีล พลั้งตีนตกต้นไม้

◎ รักมีให้ค้าขาย รักนายให้อาสากิจ รักมิตรต้องเจ็บร้อนแทนกัน

◎ อย่าซื้อควายหน้านา อย่าซื้อผ้าหน้าหนาว

◎ ฟังหูไว้หู แต่ถ้าดูต้องดูสองตา

◎ กินมากก็ท้องแตก แบกมากก็หลังหัก

◎ หนูกัดของจึงเห็นคุณแมว มีลูกแล้วจึงเห็นคุณพ่อแม่

◎ กันไว้ก่อนดีกว่าแก้ ยอมแพ้ดีกว่าจองเวร

◎ อย่าพูดเร็วเหมือนลิ้นลังกา อย่าเจรจาเหมือนหัวเต่า

◎ ความจนร้ายกาจกว่าความตาย ความมิรู้จักอายร้ายกาจกว่าความจน

◎ ยามศึกต้องการคนกล้า ยามปรึกษาต้องการบัณฑิต
ยามปฏิบัติกิจต้องการคนจริง

◎ ความผิดเป็นบทเรียน ความเพียรเป็นที่ตั้งแห่งความสำเร็จ

◎ พึงชนะความชั่วด้วยความดี พึงชนะความมั่งมีด้วยการถือสันโดษ

◎ พึงชนะความโง่ด้วยการศึกษา พึงชนะความอนาถาด้วยไม่เกียจคร้าน

◎ ชมข้าวนายกลางชุมนุมประชุมพร้อม ชมเมียย่อมลับหน้าจึงว่าขาน
ถ้าจะชมบ่าวไพร่เมื่อใช้งาน ชมเพื่อนบ้านควรบ่นให้ยลยิน

◎ ถ้าจะรักกันให้นาน อย่ามีการเอาเปรียบเพื่อน

◎ เวลาไข้เห็นหมอเหมือนเห็นแก้ว ไข้หายแล้วเห็นหมอเหมือนเห็นหมา

◎ แกงจืดจึงรู้คุณเกลือ มีเรือจึงรู้คุณพาย เมื่อจะตายจึงรู้คุณพระอรหัง

◎ ยามรักน้ำต้มผักก็ว่าหวาน ยามชังน้ำตาลก็ว่าเปรี้ยว

◎ ข้าวว่างามก็ต้องงามไปตามข้าว อย่าหาญห้าวขัดคอหน่อกษัตริย์

◎ ผีเรือนไม่ดี ผีป่าก็ไม่เกรง

◎ กินข้าวต้มอย่ากระโจมกลาง จะเกี้ยวนางอย่าทิ้งตึงตัง

◎ เมียรู้เก็บ ผัวรู้หา พาเจริญ เมียไม่รู้เก็บ ผัวไม่รู้หา พาบัลลัย

◎ คบคนให้ดูหน้า ซื้อผ้าให้ดูเนื้อ

◎ อยู่บ้านท่านอย่าดูดาย ปั้นวัวปั้นควายให้ลูกท่านเล่น

◎ ปรารถนาสารพัดในปฐพี เอาไมตรีแลกได้ดังใจจง

◎ อันลมปี่ดีแต่เพราะเสนาะหู ซึ่งจะสู้ลมปากยากหนักหนา

◎ อันสตรีจะม้วยก็เพราะด้วยลมชาย และบุรุษจะวายก็เพราะกายสตรี

◎ ไฟในอย่านำออก ไฟนอกอย่านำเข้า

◎ เสือพีเพราะป่าปก ป่ารกเพราะเสือยัง ดินดีเพราะหญ้าบัง หญ้ายังเพราะดินดี

◎ น้ำขึ้นให้รีบตัก เก็บผักให้รีบขาย

◎ รักยาวให้บั่น รักสั้นให้ต่อ

◎ ดวงหน้าที่สวยผุดผาด อาจซ่อนไว้ซึ่งหัวใจอันโสมม

◎ ผู้ที่อ้างว่าทำอะไรไม่ผิด คือผู้ที่มิได้ทำกิจสำคัญอะไรเลย.

◎ งามของสมณะคือจน งามของคนคฤหัสถ์คือมั่งคั่ง

◎ กำลังกายเกิดจากการเคลื่อนไหว กำลังใจเกิดจากความสงบ

◎ ความกล้าเป็นสมบัติของชาย ความละอายเป็นสมบัติของสตรี
ความสำรวมอินทรีย์เป็นสมบัติของพระ

◎ ถ้าแม้นไม่ทำดีในแดนดิน จะถวิลถึงสวรรค์นั้นหายาก

◎ เป็นนักปราชญ์อย่าให้เลยศาสนา เป็นนักเทศนาอย่าให้เลยเวลา
เป็นคนมีศัทธาอย่าให้เลยกำลัง

◎ คนมีสุขเพราะยึดความลำบากเป็นทางเดิน คนมีทุกข์เพราะยึดสุขเป็นทางเดิน

◎ จิตหยุด จิตจึงเห็น จิตใสเย็น จึงมีญาณ

พระธรรมเทศนา

ของ

พระสุทธิธรรมรังสีคัมภีรเมธาจารย์ (ลี ธมฺมธโร)

๒๕๐๒

นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส

พุทฺธํ ธมฺมํ สงฺฆํ นมสฺสามิ ปญฺจมหาปริจาเค ติสฺโส จริยนฺติ ฯ

วันนี้ จะได้แสดงพระธรรมเทศนา ที่มีมาในพระสูตร เกี่ยวด้วยมหาชาติชาดก ซึ่งเป็นบารมีธรรมส่วนหนึ่งของพระโพธิสัตว์ อันเป็นเหตุให้สำเร็จพระอนุตรสัมมาสัมโพธิญาณ พระองค์ทรงได้บำเพ็ญประโยชน์ให้สำเร็จเป็นไปแก่มนุษย์พุทธบริษัททั้งหลาย ๓ ประการ ประโยชน์ชาตินี้ มีผลอันจะพึงได้รับ คือ ปัจจุบัน ประโยชน์ชาติหน้า เมื่อได้บำเพ็ญไว้แล้วในชาตินี้ บุญกุศลส่วนนั้นย่อมอำนวยผลในชาติหน้า คือ สุคติ สวรรค์ เป็นต้น ประโยชน์อย่างยิ่ง อันจะพึงเกิดขึ้น คือ พระนิพพาน อันบรมสุขอย่างเลิศ ไม่มีสุขอันใดยิ่งกว่า เรียกว่า นิรามิสสุข พระพุทธองค์ทรงเทศนาให้สังฆสาวกทั้งหลาย ได้บรรลุสำเร็จประโยชน์อันยิ่งใหญ่ คือ มรรคผลนิพพาน

เหตุทั้งหลายที่มีมาในมหาชาดกหมวดนี้ มีข้อความที่จะพึงบำเพ็ญให้เกิดขึ้นในตนนั้น มีอยู่ ๕ ประการ ดังจะได้บรรยายไปในกาลบัดนี้

ธนปริจาโค พระองค์ได้ทรงสละทรัพย์ทั้งหลาย มีแก้วแหวน เงินทองรัตนะทั้งปวง อันเป็นส่วนอวิญญาณกะทรัพย์ และวิญญาณกะทรัพย์ คือ ช้างแก้ว ม้าแก้ว เหล่านี้ได้เสียสละโดยไม่หวังผลตอบแทนใด ๆ จากผู้รับ จึงเรียกได้ว่า มหาบริจาค พระองค์ได้ทรงพิจารณาแล้วว่า การเสียสละได้เช่นนั้น เป็นการที่ยกก้อนหินออกจากพระอุระ คือหัวอก เป็นเหตุให้พระองค์ทรงเบาพระหฤทัย น้อมใจเป็นไปเพื่อความสงัดปฏิบัติตนอยู่ในป่า เป็นฤาษีในเขาคีรีวงกต ในสมัยเป็นพระเวสสันดรโน้น

องฺคปริจาโค พระองค์ทรงเสียสละอวัยวะบางส่วนให้เป็นทาน เช่นสละเลือดเนื้อในกายของพระองค์ให้เป็นประโยชน์แก่บุคคลและสัตว์อื่น ๆ บางจำพวก โดยไม่หวังผลตอบแทนใด ๆ ในบุคคลที่ได้สงเคราะห์ไปแล้วนั้น ในสมัยนี้ก็เทียบได้อย่างหนึ่ง คือบางคนได้เสียสละเลือดของตนให้เป็นประโยชน์แก่บุคคลผู้อื่นในคราวที่ป่วย ในการบำเพ็ญเช่นนั้นก็เรียกได้ว่า องฺบริจาค ได้ชนิดหนึ่งในส่วนของร่างกาย

ชีวิตปริจาโค บางคราวบางสมัย มีเหตุการณ์อันตรายบังเกิดขึ้นแก่เพื่อนมนุษย์ทั้งหลาย จนตลอดสัตว์ดิรัจฉาน พระองค์ยอมเสียสละชีวิตความเป็นอยู่ของตน เพื่อให้สำเร็จประโยชน์สันติสุขแก่บุคคลอื่น ๆ ในสมัยนี้ เช่น บางท่านซึ่งทำประโยชน์ให้แก่ชาติ ยอมเสียสละความเป็นอยู่ของตน โดยไม่มองเห็นประโยชน์ส่วนตัวเป็นใหญ่ สละกำลังกายกำลังทรัพย์กำลังความคิด บำเพ็ญดวงจิตของตนให้ตั้งอยู่ในวัฒนธรรม อันจะพึงมีแก่ชาติ ส่วนศาสนาพระองค์ก็ได้ยอมเสียสละตน บำเพ็ญพรตพรหมจรรย์ ไม่เห็นแก่ลาภยศ สักการบูชาใด ๆ ตั้งใจปฏิบัติตนให้ถูกต้องตามแนวทาง ถึงแม้ชีวิตจะแตกดับไปในเหตุการณ์นั้น ๆ พระองค์ก็ยอมทรงเสียสละ ไม่หวังผลตอบแทนในการทำเช่นนั้น คือไม่เห็นแก่ตัว พระองค์ทรงเห็นว่าชีวิตความเป็นอยู่ ถ้าเป็นประโยชน์ได้แก่ปวงชนแล้ว ถึงแม้จะล้มหายตายสูญ พระองค์ก็ไม่อาลัยในชีวิต จึงเรียกได้ว่า มหาบริจาค เพราะเหตุอันนี้จึงมีอานิสงส์ที่พระองค์ทรงได้รับการยกย่องบูชาของมนุษย์พุทธบริษัท เป็นบุคคลที่ควรแก่การสักการะ เคารพบูชา ตลอดมาจนทุกวันนี้

ปุตฺตปริจาโค พระองค์ทรงยอมเสียสละลูกที่รักในหัวอกทั้งสองให้เป็นทาน คือกัณหา ชาลี เหตุอันนี้แหละ พระองค์จึงได้เป็นที่รักเคารพ พุทธบริษัททั้งหลายยอมเสียสละตนเป็นทาส หรือศากยะบุตร มนุษย์และเทพยดาย่อมเคารพบูชาอยู่ตลอดกาล เพราะการกระทำของพระองค์นั้น ไม่หวังผลตอนแทนใด ๆ จึงจัดว่าเป็นมหาบริจาค

ภริยาปริจาโค บางคราวพระองค์ได้ทรงเสียสละภรรยาของตนอันเป็นที่รัก ให้เป็นทาน ไม่หมายมั่นผลตอบแทนใด ๆ ทั้งหมด มุ่งต่อพระโพธิญาณเป็นจุดหมายปลายทางเพียงเท่านั้น

มหาบริจาคทั้ง ๕ ประการนี้ พระองค์ได้ทรงบำเพ็ญมาแล้วด้วยดี ซึ่งมีมาในเวสสันดรชาดก ยกขึ้นเป็นปุคคลาธิษฐาน ส่วนพวกเราพุทธบริษัททั้งหลาย ผู้หวังต่อสวรรค์

และนิพพานก็ควรจะเดินตามแนวทางของท่าน พวกเราพุทธบริษัทซึ่งตั้งอยู่ในสาวกาภูมิ ก็สมควรที่จะบำเพ็ญมหาบริจาค อันเป็นส่วนธรรมาธิษฐาน ดังจะได้บรรยายไปในกาลบัดนี้ ซึ่งมีอยู่ ๕ ประการ

ธนปริจาโค ให้เสียสละทรัพย์ของตนที่เป็นโลกียทรัพย์ทั้งหลาย ฝากไว้ในธนาคารของพุทธศาสนาเป็นพุทธบูชา ธรรมบูชา สังฆบูชา โดยไม่หวังผลตอบแทนใดๆ ทั้งหมด ให้เห็นว่าเป็นการฆ่ากิเลสของตนเอง แก้ห่วงที่ผูกอยู่ คืออุปาทาน เป็นเครื่องฆ่ามัจฉริยะ ความตะหนี่เหนียวแน่นอยู่ในใจเสียได้ ก็จัดว่าเป็นมหาบริจาคได้ประการหนึ่ง

องคปริจาโค ให้เสียสละความสุขบางส่วน อันพึงจะได้รับในตนเอง เช่นเราควรจะกินได้ ๓ เวลา เราก็เสียสละมาบำเพ็ญศีล ๘ หรือธุดงควัตร ตัดความสุขที่เนื่องด้วยกายของตนบางส่วน กินมากสละให้น้อย นอนมากเสียสละการนอนนั้นเสียบ้าง ความสุขอันจะเกิดขึ้นจากการดื่ม การบริโภคบำรุงกาย เมื่อยอมเสียสละได้ ไม่เพลิดเพลินอยู่ในกามคุณทั้ง ๕ มาบำเพ็ญตนให้เป็นบุญ เป็นกุศลเกิดขึ้น ก็ได้ชื่อว่าอังคบริจาค คือสละรูปออกจากตา สละเสียงออกจากหู สละกลิ่นออกจากจมูก สละรสออกจากลิ้น และสัมผัสออกจากกาย สละธรรมารมณ์ทั้งหลายที่เป็นบาปให้ห่างไกล

ชีวิตปริจาโค ให้เสียสละความเป็นอยู่ของตน เพื่อให้เป็นประโยชน์สุขแก่บุคคลผู้อื่น อันตรายอันใดจะเกิดขึ้น ก็สร้างความเข้มแข็งต่อสู้ เสียสละความเป็นอยู่ของตนในทางโลกและทางธรรม อีกอันหนึ่ง ชีวิตคือความเป็นอยู่อันยืดยาว ที่จะเป็นไปข้างหน้านั้น ได้แก่ความเป็นอยู่ของดวงจิต เมื่อจิตตกไปในฝ่ายชั่ว ความเป็นอยู่ของตนก็จะลำบากทรมานใจ เช่นความโกรธเกิดขึ้น จิตเราก็เป็นอยู่ด้วยความโกรธ ความโลภเกิดขึ้น จิตเราย่อมเป็นอยู่ในความโลภ บางคราวจิตประมาทหลงใหล ดวงจิตก็เป็นอยู่ด้วยความลุ่มหลง ชีวิตความเป็นอยู่ของร่างกายนั้นอย่างหนึ่ง ชีวิตความเป็นอยู่ของดวงจิตนั้นอย่างหนึ่ง สิ่งใดเป็นไปในฝ่ายชั่วที่เนื่องด้วยความเป็นอยู่ของตน ก็สมควรที่จะเสียสละเพื่อทำชีวิตความเป็นอยู่ของตนให้ปลอดภัย ไม่อาลัยความเป็นอยู่ที่ลุ่มหลงนั้นเสียได้ มิฉะนั้นก็จะทำตนของตนให้เป็นคนรกโลก เป็นเสี้ยนหนามหลักตก เกิดขึ้นในวงศ์ของชาติและพระศาสนาได้ประการหนึ่ง

ปุตฺตปริจาโค ให้เสียสละบุตรของตนอันเป็นที่รัก อันเป็นส่วนในทางธรรมาธิษฐาน

"กณฺหงฺธมฺมํ วิปฺปาหาย" ให้สละกัณหธรรม อันเป็นลูกที่รักของเราคนหนึ่ง คือโลโภ ความโลภ ไม่รู้จักพอ อิ่มไม่เป็น กินหลายไม่หายอยาก โกธะ ความโกรธ ไม่รู้จักหยุด โกรธแล้วโกรธเล่า เป็นหนทางที่จะเข้าไปสู่อบาย โมโห โมหา ความหลง ความมืดมิดบิดบัง ทั้งหลายเหล่านี้ชื่อว่า กัณหธรรม

"ชาลีปริจาโค" ให้เสียสละธรรมอันเป็นเครื่องกีดกั้นจิต เหมือนกับข่ายเครื่องดักปลาในมหาสมุทรฉะนั้น ความหมายในข้อนี้ ได้แก่นิวรณ์ธรรม อันเป็นเครื่องกั้นดวงจิตมิให้บรรลุคุณงามความดีคืบหน้า

นิวรณ์นั้น มีอยู่ ๕ ประการ

๑. กามฉันทะ ความรักใคร่ในพัสดุกาม และกิเลสกาม เมื่อดวงจิตของบุคคลผู้ใดตกไปในธรรมข้อนั้น ก็เสมอเหมือนกับปลาที่ติดข่ายของนายพราน

๒. พยาปาทะ ความพยาบาท มุ่งร้าย อิจฉา หาหนทางก่อความเสียหายให้เกิดขึ้นแก่ปวงชน ก่อผลที่ร้ายให้ตนและคนอื่น ให้ได้รับความทุกข์เดือดร้อนโดยประการต่าง ๆ

๓. ถีนมิทธะ ความท้อแท้ง่วงโงกซบเซา เบื่อหน่าย คลายวิริยะ คือความเพียร ที่จะบากบั่นบุกไปให้บรรลุคุณงามความดีในข้างหน้า

๔. อุทธัจจกุกกุจจะ ความฟุ้งซ่านรำคาญใจ เตือนตนเองไม่ได้ ยั้งสติไม่อยู่ ปล่อยใจของตนให้ฟุ้งซ่าน ไม่มีญาณเป็นเครื่องอยู่ ย่อมมืดมัว เหมือนเมฆหมอกปกปิดพระอาทิตย์และดวงดาวให้มืดมน ย่อมเป็นอกุศลอย่างหนึ่งในทางใจ

๕. วิจิกิจฉา ความสงสัยลังเล ไม่แน่ชัด ปฏิบัติตนให้ลุ่มหลง เป็นเหตุให้เข้าใจผิด ย่อมทำดวงจิตของตนให้ขุ่นมัว จะถอยหลังก็ไม่กล้า จะก้าวหน้าก็ไม่ไปคิดสงสัย ย่อมตัดความเจริญของตนได้ทางหนึ่ง

ทั้ง ๕ ประการนี้ เป็นชาลีธรรม คือข่าย เครื่องกีดกั้นและดักไว้ซึ่งสัตว์ทั้งหลายในโลก ฉะนั้นจึงเป็นสิ่งควรเสียสละ ที่เรียกว่า ชาลีทานํ กณฺหาทานํ สละไปไม่ต้องอาลัยอาวรณ์ในอกุศลธรรมเหล่านั้น ผู้จะบำเพ็ญได้เช่นนั้น ต้องทำตนให้ตั้งอยู่ในสัมมาสมาธิ ประกอบองค์ญาณให้เกิดขึ้นในตน "วิตก" ยกอารมณ์ขึ้นสู่ดวงจิตให้เป็นอารมณ์หนึ่ง "วิจาร" พิจารณาอารมณ์นั้น ๆ ตั้งขึ้นโดยนิมิต และปฏิบภาคณธรรม ไตร่ตรองพินิจพิจารณาในอารมณ์นั้น ๆ รู้เหตุคือการกระทำ รู้ผลอันเกิดขึ้นจากการกระทำ ได้แก่ตัวสัมปชัญญะ ความรู้รอบคอบและสมบูรณ์ ต่อจากนั้นก็จะเห็นผลปรากฏขึ้นในใจของตัว คือ ปีติ กายอิ่ม กายเบา กายสงบ จิตสงบ จิตวิเวก หมดจากนิวรณ์ ย่อมเกิดความสุขในทางใจ ดวงจิตนั้นย่อมไม่ส่ายไปตามสัญญาอารมณ์ อันเป็นกระแสน้ำมาซึ่งกองกิเลส ให้ตัดสัญญาอดีต ที่ล่วงไปแล้วทั้งหมด ให้ตัดสัญญาอนาคต ที่ยังไม่มาถึงทั้งปวง ถ้าปล่อยจิตไปหลงอารมณ์ข้างหน้า สัญญาอนาคตมันจะต้องติดตัว ถอยหลังไปหลงอารมณ์สัญญาอดีตที่ล่วงไปแล้ว มันก็จะไปติดบ่วง เครื่องผูกพัน คือสังโยชน์ ให้ตั้งสติกำหนดอยู่ในธรรมปัจจุบัน จิตตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียว จนกว่าจะได้บรรลุทุติยญาณต่อไป ตั้งใจเจริญสมถกัมมัฏฐาน วิปัสสนากัมมัฏฐาน ทำจิตสันดานของตนให้ห่างไกลจากนิวรณ์ความมืด ดังนี้

ภริยาปริจาโค ให้เสียสละภรรยาอันเป็นที่รักของตน ภรรยาในที่นี้กล่าวกันโดยธรรมแล้ว มี ๓ ชนิด

ภริยาคนที่หนึ่ง ชื่อชีวิตมัทรี เป็นผู้เมาอยู่ในชีวิตของตน ความเป็นอยู่ของประชาชนในโลกนี้ มีอยู่ ๘ ประการ ธรรม ๘ ประการนั้น แบ่งออกเป็นสองฝ่าย ฝ่ายหนึ่งเปรียบเหมือนกับบุตรอันเป็นที่รักและชอบใจ อีกฝ่ายหนึ่งเปรียบเหมือนกับบุตรที่ชั่วต่ำ อันเป็นที่ไม่พึงปรารถนาซึ่งแตกออกมาจากนางมัทรี ฝ่ายหนึ่งกล่าวคือ นายยศ นายลาภ นายสรรเสริญ นายสุข สี่คนนี้ย่อมเป็นที่พึงปรารถนาแห่งตน คือการหลงอยู่ในลาภ ยศ สรรเสริญ สุข อันเป็นเชือกผูกคอตนไว้ได้เป็นอย่างดี อีกฝ่ายหนึ่งเป็นส่วนที่ไม่พึงปรารถนา คือ นายขี้ทุกข์ นายขี้นินทา นายเสื่อมลาภ นายเสื่อมยศ ทั้งสี่คนนี้เป็นบุคคลประพฤติตัวไม่ดี ไม่เป็นที่พอใจ ทำความเป็นอยู่ของตนให้ยุ่งยากได้ประการหนึ่ง

ภรรยาคนที่สอง วัยยมัทรี คือมึนเมาลุ่มหลงอยู่ในวัย เรียกว่านางวัยยา ซึ่งมีบุตรของเขา อันเป็นที่รักอยู่ ๓ คน คือความเมาอยู่ในวัยทั้งสาม บุตรคนที่หนึ่ง คือ ปฐมวัย เมื่อเป็นเด็กยังเยาว์ ก็เมาอยู่ในความเป็นอยู่ของตน ไม่ศึกษาอบรมฝึกฝนหาวิชาความรู้ในทางโลกและทางธรรม บุตรคนที่สอง คือ มัชฌิมวัย เมื่อตนผ่านพ้นมาแล้วในวัยเด็ก บรรลุนิติภาวะ มาเป็นหนุ่มและเป็นสาว ก็มัวเมาอยู่โดยอาการต่าง ๆ เมารูปความสวยงาม แต่งตาทาแก้ม ยิ้มแย้มหลอกลวงกัน เมาเสียงอันไพเราะเสนาะโสต เมากลิ่นเครื่องสำอาง เป็นเหตุให้เกิดความฟุ่มเฟือย เมารสหลงลิ้น กินแล้วอยากกินอีก ที่ท่านเรียกว่า **"กินหลายไม่หายอยาก นอนมากไม่รู้จักตื่น รักคนอื่นยอมเสียตัว สิ่งควรกลัวกลายกล้า"** พาให้เสียทรัพย์และชื่อเสียง บุตรคนที่สาม คือ ปัจฉิมวัย ผ่านไปเป็นคนแก่ชราภาพ เมื่อแก่เข้าแล้วก็เมาอยู่ในความแก่ของตน ความแก่ในที่นี้ คือ ทุพพลภาพของร่างกาย ตามืด หูตึง หลังขด แก้มตอบ เดินสามขา จะประกอบกิจการอันใดก็ลำบาก อ้างภาวะของตนมากีดกั้นกันเสีย จะบำเพ็ญความดีทางโลกก็ไม่ได้ จะอาศัยความดีทางธรรมก็ขัดข้อง คือเห็นว่าตัวเป็นคนแก่แล้วย่อมเมาอยู่ หลงอยู่ในภาวะของตน

ภริยาคนที่สาม อโรคยะมัทรี เมาอยู่ในความไม่มีโรค เมื่อตนมีความสุขกายสบายใจอยู่ด้วยอามิส ก็ติดเมา เข้าใจว่าสิ่งเหล่านั้นเป็นของตน ขวนขวายหาแต่สิ่งที่ไม่เป็นสาระแก่นสาร ตนมีความสุขกายไม่มีโรค ก็เมาอยู่ในกาย ไม่นึกถึงความเกิดแก่เจ็บตาย ที่จะผ่านมาในข้างหน้า มีความสุขใจสบายจิต บางคราวก็หลงอยู่ในอารมณ์นั้น ๆ แสวงหาความสุขแต่อารมณ์ที่ชอบ ดีชั่วผิดถูก มิได้คำนึงนึกถึงตน ไม่ขวนขวายแสวงหาความดีอย่างอื่นในทางธรรม จึงจัดว่าเป็นผู้เมาอยู่ใน อโรคยะมัทรี

ภริยาทั้งสามคนนี้ ย่อมก่อความยุ่งยากและวุ่นวายให้เกิดขึ้น ฉะนั้นจึงเป็นสิ่งที่ควรเสียสละบริจาคไปเสีย จึงได้นามว่า ภริยาปริจาโค

ช้างแก้ว คือ หัตถีรัตนังปริจาโค ให้บริจาคช้างแก้วพระที่นั่งของเราเสีย คือ อวิชชา ความไม่เข้าใจรู้แจ้งในตน ไม่รู้ความจริงก็สำคัญว่าตนรู้จริง คุยโม้โอหัง นั้นก็คือช้างอวดงา จิตฟุ้งซ่าน พูดมากปากเบิด มองเห็นเหงือก ลักษณะอย่างนี้คือพูดดี แต่ความประพฤติต่ำ ทำให้คนอื่นแลเห็นปมด้อยแห่งตน คือไม่รู้แจ้งในอดีต ที่เรียกว่า **บุพพนฺเตอญาณํ**

ไม่รู้แจ้งในอนาคต ที่เรียกว่า **ปลนฺเต อญาณํ** ไม่รู้แจ้งในปัจจุบัน ที่เรียกว่า **บุพฺพนฺต ปลนฺเต อญาณํ** ลักษณะอย่างนี้ชื่อว่า อวิชชา ห้ตถีรัตนัง เป็นเครื่องทรงของคนหลงในโลก ฉะนั้นเมื่อพวกเราทั้งหลาย ได้ทำการมหาบริจาคดังกล่าวมา ก็จะให้สำเร็จประโยชน์ใหญ่ คือ พระนิพพาน ให้ธรรมเป็นทาน มีอานิสงส์อย่างเลิศ "**สพฺพทานํ ธมฺมทานํ ชินาติ** ให้ธรรมเป็นทาน ย่อมชนะเสียซึ่งทานทั้งปวง" เรียกได้ว่าทานปรมัตถปารมี เห็นความดีส่วนหนึ่ง ที่จะพึงเกิดขึ้นจากจริยาวัตรทั้งหลาย ได้แก่การประพฤติปฏิบัติตน ให้เป็นประโยชน์แก่ตนของตนเอง ที่เรียกว่า อัตตัตถจริยา เป็นเครื่องจักรเครื่องยนตร์ จะได้ส่งผลให้ถึงพระนิพพาน ธรรมอันประเสริฐ ญาตัตถจริยา จะได้พากันทำประโยชน์ให้เกิดแก่บุพพการีบุคคล มีบิดามารดา ครูบาอาจารย์ วงศาคณาญาติทั้งปวง จะได้ถ่ายหนี้หมดสิน สิ้นชาติมรณา โลกัตถจริยา เราเกิดมาในโลกนี้ ความดีอันใดที่มีแล้วในตน ควรแจกจ่ายเจือจาน ให้สำเร็จประโยชน์แก่มนุษย์พุทธบริษัททั้งปวงในโลก ที่ควรได้ควรถึง เรื่องอันใด อันเป็นหนทางก่อความเจริญให้เกิดขึ้นในโอกาสาโลก ท้องถิ่นของตน ถ้าเรามีหนทางใด ๆ ที่จะให้เจริญได้ โดยถูกต้องตามศีลธรรม ก็ควรประกอบให้เกิดขึ้นในสถานที่นั้น ๆ

มนุสสาโลเก มนุษย์ทั้งหลาย ที่มีวิญญาณครอบครองอยู่ในโลก คนจำพวกใดที่เห็นว่าเราควรสงเคราะห์เขาได้โดยธรรม ก็ไม่ควรอยู่นิ่งดูดาย ช่วยทางกายไม่ได้ก็สละทรัพย์แทนตัว ตั้งจิตเมตตาปรารถนาดีแก่คนทั้งหลายทั่วไป คนต่ำอย่าเหยียบย่ำให้จมดิน ได้แก่การดูถูกกัน คนสูงอย่าฉุดลงมาในเบื้องต่ำ คืออิจฉาริษยา กลัวเขาดีกว่าตัว ควรทำใจของตนให้ตั้งอยู่ในพรหมวิหาร เราควรสงสารเมตตาคนเบื้องสูง มีบิดา มารดา พระราชาเป็นต้น ที่เรียกว่า เมตตาปารมี เราควรสงสารปรารถนาดีแก่เพื่อนมิตรสหาย ควรช่วยเหลือทางกาย วาจา ใจ เป็นต้น ที่เรียกว่า เมตตาอุปปารมี เราควรแผ่ไมตรีจิต ทำความสนิทเสมอ เหมือนบุตรที่รักในอก ในคนและสัตว์เบื้องต่ำที่เป็นศัตรู ให้เรามีจิตเมตตา ภาวนาอุทิศกุศลแผ่ให้ตามควร เมื่อทำจิตได้เช่นนั้น ท่านเรียกว่าเมตตาปารมัตถปารมี

ธรรมะทั้งหลายที่ได้แสดงมาเหล่านี้ เป็นมหาบริจาค เมื่อใครประพฤติตนได้แล้ว ย่อมสำเร็จประโยชน์ใหญ่ คือพระนิพพาน ไม่หลงในสังขาร คือความไม่เที่ยง ไม่เอียงซ้ายคือความทุกข์ ไม่ติดสุขแห่งอามิส ทำจิตของตนให้พ้นจากอาสวะทั้งปวง ไม่ติดห่วงอยู่ในอัตตา

ที่เรียกว่าตัวตน ทำจิตให้พ้นไปจากอนัตตา ฉะนั้น เมื่อใครปรารถนาความดีประโยชน์ใหญ่ ก็ควรพินิจพิจารณาน้อมธรรมทั้งหลาย ที่ได้แสดงมานี้ ให้มีอยู่ในตนก็จะเป็นแนวทางให้สำเร็จความมุ่งมาดปรารถนาทุกประการ

ได้แสดงมาในมหาชาติคาถา ที่เป็นปุคคลาธิษฐาน ให้สำเร็จพระโพธิญาณของพระสัมมาสัมพุทธเจ้าอย่างหนึ่ง ธรรมาธิษฐาน ให้พวกเราพุทธบริษัททั้งหลาย สาวก สาวิกา จงประพฤติปฏิบัติตามธรรมเหล่านั้น จะเป็นเหตุให้ประสบพบเห็นแต่ความเจริญ งอกงามทุกทิพาราตรีกาล มีใจความดังได้แสดงมา เอวังก็มีด้วยประการฉะนี้

อยากมีอายุยืน　ต้องเว้นการฆ่าสัตว์
อยากมีสมบัติ　ต้องหมั่นบริจาค
อยากมีอำนาจมาก　ต้องเว้นริษยา
อยากมีผิวพรรณโสภา　ต้องเว้นความโกรธ
อยากมีชื่อเสียงรุ่งโรจน์　ต้องคบสัตบุรุษ ฯ

ทางแห่งความเจริญและความสงบสุข
ตามแนวทางแห่งพุทธศาสนา เพื่อนำไปสู่ความพ้นทุกข์

เทศน์โดย ท่านพระอาจารย์ตื้อ อาจารธมฺโม

นโม ตัสสะ ภควโต อรหโต สัมมาสัมพุทธัสสะ

ณ บัดนี้ อาตมาภาพจะได้บรรยายธรรมตามหลักคำสั่งสอนของพระสัมมาสัมพุทธ-เจ้า เพื่ออุบาสกอุบาสิกาทั้งหลาย จะได้นำไปประพฤติปฏิบัติต่อไป

โคตภูญาณ พระโคตมเจ้าเป็นครูสั่งสอนแก่หมู่มนุษย์และเทวดา ประกาศพุทธศาสนาอยู่ ๔๕ ปี แล้วจึงเสด็จเข้าสู่นิพพาน พระธรรมคำสั่งสอนของพระองค์ก็ยังมีอยู่ คือมีอยู่ที่ร่างกายเรา ที่ใจของเรา เราทั้งหลายที่เป็นศิษย์ของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า อย่าให้เสียทีที่เกิดมาพบพระพุทธศาสนา มาพบพระธรรมอันเลิศ ธรรมอันประเสริฐ ธรรมอันเลิศอันประเสริฐนั้นอยู่ที่กายของเรา อยู่ที่ใจของเรา เมื่อรักษาใจของเราให้มีพระพุทธเกิดขึ้น รักษาใจเราให้มีพระธรรมเกิดขึ้น รักษาใจของเราให้มีพระสงฆ์เกิดขึ้น จึงจะได้ชื่อว่า ผู้ถือพระพุทธศาสนา อันนี้แหละโคตภูญาณ เราเป็นโคตรของพระโคตม แต่พระโคตมนั้นเรียกว่าอริยโคตร พระองค์เข้าสู่ปรินิพพานไปแล้ว ส่วนพวกเราเรียกว่าโลกิยโคตร จึงได้ชื่อว่าผู้ปฏิบัติตามพระพุทธศาสนา พระวาจาบทนี้เป็นวาจาเตือนใจของผู้ปฏิบัติพระพุทธศาสนาย่อมรู้ดี รู้เลิศ รู้ประเสริฐได้ในใจของเรานี้เอง

ฉะนั้น ขอท่านทั้งหลายผู้ปฏิบัติธรรมกรรมฐาน ผู้เจริญฌาน จงรู้แจ้งด้วยตนเองเถิด การเจริญฌาน ไม่รู้จักฌาน จะนั่งเอานิพพานจนกระดูกหัก ก็ไม่ได้นิพพานตามปรารถนา ส่วนผู้เจริญฌาน รู้จักฌาน รู้จักพระนิพพานได้ด้วยตนเอง ฌานกับนิพพานย่อมเป็นของคู่กันออกจากกันไม่ได้ เปรียบเหมือนเดือนกับดาวเป็นของคู่กัน เดือนอยู่ที่ไหนดาวอยู่ที่นั่น นฉันใด ผู้เจริญจิตให้มีฌานแล้วก็จะรู้จักพระนิพพานด้วยตนเอง เมื่อจิตรู้พระนิพพานชื่อว่าโสดามรรค สกิทาคามรรค อนาคามรรค อรหัตตมรรค ฉะนั้น ฌานกับมรรคก็เป็นคู่กัน คือฌานเป็นมรรค ฌานเป็นผล นิพพานเป็นมรรค นิพพานเป็นผล ได้ชื่อว่า อริยบุคคล ผู้

พ้นจากขันธ์ห้าไปแล้ว พวกเรายังมีขันธ์ห้าอยู่ ก็เอาขันธ์ห้าของเรานี้แหละ พระพุทโธ พระธัมโม พระสังโฆ ถ้าเราไม่มีพระพุทโธ พระธัมโม พระสังโฆ ขันธ์ห้าของเราก็เกิดเป็นไฟ ใจของเราก็เป็นนรก นรกอยู่ที่ไหนก็อยู่ที่ใจเรานี่แหละ ถ้าใจเราโกรธเมื่อใด ใจก็เป็นนรกขึ้นเมื่อนั้น ถ้าใจไม่โกรธ ใจนั้นเรียกว่าพุทโธ ขอผู้เจริญพุทโธจงรู้ใจของเราเถิด

การเจริญวิปัสสนากัมมัฏฐานญาณ ๑๖ มีโคตภูญาณ เป็นต้น อย่าเถียงกัน ถ้าเถียงกันมันเป็นธรรมขี้เหล้า ธรรมของพระพุทธเจ้าไม่ใช่ธรรมเถียงกัน เถียงสวรรค์ก็ไม่รู้จักสวรรค์ เถียงพรหมไม่รู้จักพรหม เถียงนิพพานไม่รู้จักนิพพาน เถียงฌานไม่รู้จักฌาน เรียกว่าบ้าลม นี่แหละทายกทายิกาทั้งหลาย

ผู้เจริญทั้งหลายจงเพ่งดูรูป รู้รูปและละรูป ละเวทนา ละสัญญา ละสังขาร ละวิญญาณเสีย จิตนั้นก็จะถึงพระนิพพานได้ ปฏิบัติช้าไม่ใช่กาล เร็วไม่ใช่กาล ก็ไปนิพพานไม่ได้ ผู้ใดใจเร็ว คิดเร็ว เจริญเร็ว ได้ผลดีที่หนึ่ง ถ้าเราไม่คิด เราไม่นึก เราก็เป็นคนตาย ธรรมดาคนตายแล้ว มันไม่นึก มันไม่คิด เราทั้งหลายไม่ใช่คนตาย โอปนยิโก เราดูเถิด ดูรูปของเรา ดูเวทนาของเรา ดูสัญญาของเรา ดูสังขารของเรา ดูวิญญาณของเรา เราจึงเรียกว่าผู้รู้ ถ้าเราไม่นึก เราไม่คิด ปล่อยจิตของเรา เมื่อปล่อยจิตแล้วจิตนั้นจะได้เป็นหมันเรียกว่าอุเบกขาควาย อุเบกขาวัว อุเบกขาแพะ เราไม่ใช่แพะ เราเป็นมนุษย์ จิตของเราตั้งอยู่ในพระพุทธ พระพุทธก็เกิดขึ้น จิตเราตั้งอยู่ในพระธรรม พระธรรมก็เกิดขึ้น จิตเราตั้งอยู่ในพระสงฆ์ พระสงฆ์ก็เกิดขึ้น เรียกว่าสัมมาสมาธิ สัมมาสมาธินี้แหละเรียกว่าพุทธจิต เรียกว่าธรรมจิต เรียกว่าสังฆจิต ทรงพระวาจาเรียกว่าพุทโธ เป็นผู้รู้เห็นแจ้งจริงโดยพระปัญญา คำสั่งสอนของพระศาสดาลงมาที่ใจของเรา ผู้เจริญกัมมัฏฐาน ฐานที่อยู่ของจิตได้ชื่อว่า ธาตุ มีดิน น้ำ ลม ไฟ ลมจิตเข้าอาศัยเรียกว่ามนุษย์

พระพุทธเจ้ากกุสันโธ โกนาคมโน กัสสโป โคตโม ก็อาศัยขันธ์ห้าของตาของยาย เป็นที่เกิดธรรมอันประเสริฐ อันเลิศ อันสูงสุด ที่มีอยู่ในตัวของเรา ธรรมที่หนึ่ง คือ จักขุปาสาโท ได้แก่ตาของเรา โสตปาสาโท ได้แก่หูของเรา ฆานะปาสาโท ได้แก่จมูกของเรา ชิวหาปาสาโท ได้แก่ลิ้นของเรา ลิ้นของเรานี้แหละเรียกว่าพระพุทธเจ้า ลิ้นของเรานี้แหละ

เรียกว่าพระธรรมเจ้า ลิ้นของเรานี้แหละเรียกว่าพระสังฆเจ้า นี้แหละเรียกว่าพุทธภายนอก เมื่อรวมเข้าแล้วเรียกว่าโคตภูญาณ

ส่วนพุทธภายในได้แก่ใจบริสุทธิ์ คือ ใจมีพุทโธ ใจมีธัมโม ใจมีสังโฆ นี้แหละจึงเรียกว่า พระพุทธเจ้า พระธรรมเจ้า พระสังฆเจ้า ถ้าใจไม่มีพุทโธ ธัมโม สังโฆ แล้วมันก็เป็นใจวัว ใจควาย ใจเป็ด ใจไก่ ใจผี ใจเปรต ใจกิเลส ใจตัณหา ใจทิฏฐิ ใจมานะ ใจอวิชชา จึงไม่เชื่อพุทโธ ไม่เชื่อธัมโม ไม่เชื่อสังโฆ

เพราะเหตุนี้นักธรรมกัมมัฏฐานผู้เจริญทั้งหลาย มีเมตตาพรหมวิหาร เป็นที่อยู่ของจิต มีกรุณาเป็นที่อยู่ของจิต มีอุเบกขาเป็นที่อยู่ของจิต จิตนี้แหละจึงเรียกว่า พระอินทร์จิตนี้แหละเรียกว่าพระพรหม จิตนี้แหละเรียกอริยเจ้า ถ้าจิตยังเป็นโลกิยะอยู่ เรียกว่ามนุษย์จิต จิตนี้แหละเรียกว่ามนุษย์ จิตนี้แหละเรียกว่าสวรรค์ จิตนี้แหละก่อให้เกิดความสุขกายสบายใจ อยู่ในมนุษย์ก็เป็นสุข อยู่ในสวรรค์ก็เป็นสุข แต่อยู่ในที่ดังกล่าวมานี้ยังไม่มีที่สิ้นสุด ถ้าจิตเป็นอริยเจ้าแล้ว จิตเป็นอริยะนี้แหละ จิตจะเข้าสู่นิพพานพ้นจากชาติ การเกิด พ้นจากชรา ความเฒ่า พ้นจากมรณะ ความตาย พ้นจากขันธ์ห้า เรียกว่า นิพพาน นวโลกุตตรธรรมเมพระธรรมเจ้าเก้าประการ มีนิพพานเป็นที่อยู่ของจิต จึงมีพระวาจาว่า **สุคโต สุขไม่มีมนุษย์รู้ ถ้าเราเป็นอริยเจ้า แล้วย่อมรู้เองเห็นเอง** ไม่ต้องเที่ยวตามใครให้มันเสียลม ขอให้ท่านทั้งหลายผู้ปฏิบัติธรรมกัมมัฏฐาน ผู้เจริญฌานจงรู้ด้วยตนเองเถิด

ส่วนมัชฌิมาปฏิปทา พระตถาคตเจ้าทรงเทศนาไว้แล้ว ในขณะจิตแรกเกิด เมื่อเกิดมาก็ให้อาโปธาตุของยาย ก็กลายเป็นขันธ์ของยายขึ้น เรียกว่าผู้หญิง ถ้าได้อาโปรธาตุของตา ก็กลายเป็นขันธ์ของตาขึ้น เรียกว่าผู้ชาย นี้เรียกว่า ธัมมานุปัสสนา ถ้าได้มาจากพ่อก็เป็นผู้ชาย ถ้าได้มาจากแม่ก็เป็นผู้หญิง นี้แหละเรียกว่าจิตตาวิปัสสนา อันความจริงนั้น จิตไม่ใช่ผู้ชาย จิตนั้นไม่ใช่ผู้หญิง จิตนั้นเป็นนามธรรมต่างหาก ถ้าจิตนั้นอยู่กับผู้หญิง ก็สมมติว่าเป็นผู้หญิง จิตอยู่กับผู้ชายก็สมมติว่าเป็นผู้ชาย นี้แหละเรียกว่าธรรมสมมติ เปรียบเหมือนทองคำมีน้ำหนักอยู่สองบาท บาทหนึ่งทำเป็นสายสร้อย สวมคอผู้ชายก็ใช้ชื่อว่าทองของผู้ชาย บาทที่สองทำเป็นสายสร้อยสวมคอผู้หญิง ให้ชื่อว่าทองของผู้หญิง ทองนั้นแหละอย่างเดียวกัน

กับจิต จิตนั้นไม่ใช่ผู้หญิง ไม่ใช่ผู้ชาย เป็นธรรมชาติอันประเสริฐ ถ้าเอามารับศีล ๆ ก็เกิดขึ้น ถ้าเอามาฟังธรรม ๆ ก็เกิดขึ้น นี้แหละจึงเรียกว่าธรรมโวหาร อริยสุตตัง จิตนั้นแหละเรียกว่าอริยเจ้า เทศนาวสาเน ในที่สุดแห่งพระธรรมเทศนานี้ ขอให้พุทธบริษัทผู้ใคร่ในธรรมสัมมาปฏิบัติ หวังจะเอาตัวรอดในวัฏฏสงสารนั้น เพื่อความหลุดพ้นจากสังสารวัฏฏ์ พ้นจาก ชาติ ชรา มรณะ จงพิจารณาไตร่ตรองดู ตั้งแต่ต้นจนอวสาน โดยดังได้รับประทานวิสัชชนามา เอวังก็มีด้วยประการฉะนี้

เพราะความดี ทั่วไป ไม่จำกัด
อย่าเอาร้าย ป้ายซัด คนทั้งหลาย
ฟังให้แน่ ตรองตริ อภิปราย
อย่างมงาย หลงข่าว กล่าวกาลี
ใครพลาดพลั้ง ยั้งใจ ไม่โกรธตอบ
ความพินอบ เมื่อตนผิด อย่าคิดหนี
คนยากไร้ ได้คิด จิตปรานี
เรื่องอวดดี นินทา อย่าพึงยินดี
เมื่อโมโห โทโส อย่าเผยพจน์
อย่าเงือดงด ฟังความ ก่อนตัดสิน
ทั้งสิบข้อ ฝึกไว้ ให้เคยชิน
เป็นระบิล ความดี ศรีแก่ตัว ฯ

พระธรรมเทศนาอบรมกัมมัฏฐาน

โดย

พระอาจารย์มหาบัว ญาณสมฺปนฺโน

นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส

บัดนี้จักได้แสดงธรรมมีกถา เป็นเครื่องอบรมจิตใจของเรานักปฏิบัติทั้งหลายเท่าที่สามารถ การฟังเบื้องต้นจะขอเผดียงให้ทราบ ตามที่ได้เคยเผดียงมาแล้ว เพราะฉะนั้นในโอกาสนี้ เป็นโอกาสที่เหมาะเหลือเกิน ซึ่งจะได้รับฟังการอบรมจิตใจให้ได้รับการพักผ่อนจากการงานของจิตเสียบ้าง คือว่า การงานของจิตนั้นนั้น เป็นการงานที่ทำไม่มีเวลาหยุดยั้ง การงานที่เป็นราชการและการงานที่เป็นกิจส่วนตัว เป็นต้น ย่อมมีเวลาพักบ้าง แต่การงานของใจนี้เป็นการงานอัตโนมัติ หมุนรอบตัวอยู่ตลอดเวลาไม่มีหยุดยั้ง และหาความสุขให้ใจก็ไม่ได้ด้วย ฉะนั้น โอกาสนี้เป็นโอกาสที่เราจะได้รับการอบรมพักผ่อนจิตใจ ให้ได้รับความสงบชั่วครั้งชั่วคราว และเป็นโอกาสอันดีที่เราได้เกิดมาถูกช่องถูกทาง เป็นของที่เราหาได้ยากมาก ตามภาษิตท่านก็ได้กล่าวไว้แล้วว่า

กิจฺโฉ มนุสฺสปฏิลาโภ

บรรดาสัตว์ทั้งหลาย ไม่มีช่องทางและโอกาสที่จะได้ประสบพบเห็นความเป็นมนุษย์ แต่เราได้ประสบพบมาแล้ว คือความเป็นมนุษย์ เป็นของที่หาได้ง่ายสำหรับเรา แต่เป็นสิ่งที่หาได้ยากสำหรับสัตว์ผู้ไม่มีโอกาส เมื่อโอกาสได้เป็นของเราแล้วเช่นนี้ จึงไม่ควรปล่อยโอกาสให้เสียไป การอบรมจิตใจให้ได้รับความสุขนั้น เป็นหนทางที่องค์สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้าทุก ๆ พระองค์ได้ทรงสรรเสริญมาแล้ว ใจของเราถ้าไม่มีเวลาพัก ไม่มีเวลาสงบก็ไม่เป็นของแปลกจากบรรดาสัตว์ทั่วไป เช่นเดียวกัน กาลใดสมัยใดที่ใจของเราได้มีการพักผ่อนหย่อนใจ ได้รับการอบรม เราจะได้เห็นโทษแห่งความคิดความปรุงความวุ่นวายของใจ เราจะได้เห็นคุณแห่งความสงบของใจ ในเมื่อเราได้เข้าถึงความสงบแล้ว จะได้เป็นบาทฐานหรือศรัทธาแห่งความตั้งมั่นในหลักแห่งกรรมเป็นลำดับไป

การฟังเทศน์ไม่จำเป็นที่จะกำหนดออกมาสู่ภายนอก เช่น กำหนดออกมาสู่ท่านผู้เทศน์ดังนี้ไม่จำเป็น สิ่งที่จำเป็น คือ กำหนดดูหัวใจของตนในขณะที่ฟังเทศน์ เมื่อเราตั้งใจไว้ด้วยดี รักษาใจของเราด้วยสติ ให้มีความรู้จดอยู่จำเพาะใจแล้ว เรื่องของพระธรรมเทศนาจะแสดงมากน้อย ลึกตื้น หยาบละเอียดเท่าไร จะต้องเข้าไปสัมผัสที่ใจของเราที่ตั้งไว้ดีแล้วนั่นเอง ธรรมะจะเป็นเครื่องกล่อมเกลาจิตใจของเราให้ได้รับความสงบ ธรรมะส่วนใดที่ตกค้างอยู่ ในขณะที่เราฟังพระธรรมเทศนาเข้าสู่ความจดจำ ธรรมะส่วนนั้นเป็นของเราที่จะได้นำไปประพฤติปฏิบัติในกาลต่อไป โดยเฉพาะอย่างยิ่งความสงบใจในขณะฟังธรรมะสำคัญมาก คำว่าความสงบ บางท่านก็จะไม่เข้าใจ ความสงบกับความฟุ้งซ่านเป็นของคู่กัน ความฟุ้งซ่านวุ่นวายเกิดจากความคิดความปรุงของจิต จะปรุงทางอดีตก็ตาม ทางอนาคตก็ตาม ปรุงเรื่องดีก็ตามเรื่องชั่วก็ตาม ย่อมจัดว่าเป็นงานของจิตทั้งสิ้น เมื่อใจของเราได้ปล่อยงานนั้น ๆ เสีย เข้ามาพักดำรงตนอยู่ด้วยความสงบ ปราศจากความปรุงแต่งใด ๆ ขณะฟังเทศน์ก็มีความรับรู้อยู่กับพระธรรมเทศนาเท่านั้น นี้ท่านเรียกว่า ใจของเราได้รับความสงบ เมื่อใจของเราได้รับความสงบแล้วก็จะเป็นเหตุให้มีความเยือกเย็นในจิตใจ ใจก็มีกำลัง นอกจากใจของเรามีกำลังแล้วยังสามารถที่จะทำร่างกายของเราซึ่งเป็นสมบัติของใจนี้ ให้มีพลังงานขึ้นอีกได้ เพราะเหตุนั้นธรรมโอสถจึงเป็นของจำเป็นทั้งภายในและภายนอก คำว่าภายในหมายถึงใจที่ได้รับธรรมโอสถเป็นเครื่องเยียวยา แต่ใจก็จะได้เห็นเหตุผล เห็นความสงบสุขภายในจิตของตน และเห็นความทุกข์ขึ้นเป็นลำดับภายในใจ คำว่าภายนอก หมายถึงกายของเราจะได้มีความสุขความสบาย นี่เรียกว่า "ธรรมโอสถเครื่องเยียวยาจิตใจของเรา" และเยียวยาธาตุขันธ์ของเรา ให้มีความสุขความสบายกายได้

ในเบื้องต้นได้กล่าวไว้แล้วว่า "เราทั้งหลายได้เป็นผู้ประสบโอกาสอันดี คือความเป็นมนุษย์" ในเบื้องต้นเราได้เป็นมนุษย์ และได้พบพระพุทธศาสนา ซึ่งเป็นของแท้ของจริง สัตว์ประเภทอื่น เขาไม่มีโอกาสที่จะรู้จักว่า การทำดีเป็นผลอย่างไร การทำชั่วเป็นผลอย่างไร ความทุกข์ความสุขเป็นอย่างไร เขาไม่ทราบ เขาไม่มีโอกาสที่จะพยายามแก้ไขสิ่งที่เป็นความชั่ว และเขาไม่มีโอกาสที่จะบำเพ็ญคุณงามความดี ให้เกิดให้มีขึ้นในตัวของเขาได้ แต่สำหรับมนุษย์เราซึ่งได้ลาภอันประเสริฐ ในความเป็นมนุษย์มาแล้ว ย่อมมีโอกาสที่จะรู้ได้ทั้งดีทั้งชั่ว

บาปบุญคุณโทษทุกประเภท นี่จัดว่า ความเป็นมนุษย์เป็นลาภอันประเสริฐแล้ว ที่แรกมันจะเกิดขึ้นที่งาน คือการทำคุณงามความดีจากการอบรมคุณงามความดี และพยายามแก้ไขความชั่วที่เราได้กระทำมาแล้ว ในคราวที่มีจิตลุ่มหลงเป็นกำลัง พยายามทำคุณงามความดีให้เกิดมีขึ้นที่เราเอง ที่กาย ที่วาจา และที่ใจของเราเอง ก็จัดว่าเป็นลาภอันหนึ่งของพวกเราแล้ว ถ้าเราได้ผ่านความเป็นมนุษย์ ก็ได้ลาภเพียงมนุษย์เท่านั้น ลาภที่สอง คือคุณงามความดีที่เราจะสั่งสมให้เป็นนิสัยติดกับจิตใจของเราไปในกาลข้างหน้า ให้อยู่เย็นเป็นสุขด้วยอำนาจความดี ถ้าปัจจุบันเราไม่สามารถที่จะอบรมทำให้เกิดให้มีขึ้นที่ตัวของเราแล้ว ก็เชื่อว่าเราได้ขาดลาภในส่วนนี้ไป

เพราะฉะนั้นพึงทราบว่า ท่านกล่าวว่า "มนุสฺสปฏิลาโภ" ดังนี้ ความเป็นมนุษย์เป็นลาภนั้น หมายถึงความเป็นมนุษย์ในเบื้องต้น ลาภที่สองซึ่งเป็นสิ่งสำคัญนั้น เป็นสิ่งที่เราทั้งหลายจะพึงทำให้เกิดให้มีขึ้นในตัวของเรา หากยังความเป็นมนุษย์ให้เกิดขึ้นเท่านั้นแล้ว มนุษย์ในโลกมีมากมายก่ายกอง ถ้าทำตัวไม่ดีเสียเช่นนี้ ก็จะขาดจากความเป็นมนุษย์ในกาลข้างหน้า หรือจะกลายเป็น "มนุสฺสติรจฺฉาโน" ไปเสีย ไม่ได้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ด้วยศีล, ธรรม เพราะเหตุนั้นเราพึงย่นเข้าได้ว่า ความเป็นมนุษย์ที่หาได้ยากนั้น ย่นเข้าถึงความเป็นมนุษย์ที่ดี มีศีลธรรม รู้บาปบุญคุณโทษ จนสามารถแก้ไขอุปสรรคให้ได้เป็นลำดับในกาลนั้น ๆ ทั้งอุปสรรคในทางฝ่ายโลก ทั้งอุปสรรคในทางฝ่ายธรรม ทางฝ่ายโลกหมายถึงการงานหรือความประพฤติในทางผิด เมื่อกระทำลงไปด้วยกาย วาจา ใจ โดยปราศจากปัญญาจะปรากฏผลเดือดร้อนแก่ตนและผู้อื่น จึงควรพยายามหลีกเว้นให้ห่างไกล จนเป็นนิสัยเคยชินต่อการละชั่ว ทำแต่ความดี ชีวิตก็จะเป็นไปเพื่อความราบรื่น เรียกว่า ผ่านอุปสรรคไปได้ทางหนึ่ง ทางฝ่ายธรรมะ หมายถึงอาสวะกิเลส ซึ่งเป็นเครื่องผูกรัดจิตใจของตน ให้หมดสิ้นไปโดยลำดับ ๆ มนุษย์ประเภทนี้ จัดว่าเป็นมนุษย์ที่หาได้ยาก ดังองค์พระศาสดาพร้อมทั้งพระสาวกและสาวิกาเหล่านั้น เป็นสัตว์ที่หาได้ยาก เป็นมนุษย์ที่น่ากราบ น่าไหว้ น่าเคารพบูชาเหลือเกิน แต่มนุษย์นอกจากนั้น ก็เป็นผู้มีคุณงามความดีรองลำดับกันมา ซึ่งตนของตนได้เกิดมาเป็นมนุษย์ เพราะเหตุนั้น เราทั้งหลายจึงบำเพ็ญตนของตนให้เป็นมนุษย์ที่หาได้ยากตามที่ได้กล่าวไว้แล้ว และในลำดับที่สองว่า

กิจฺฉํ มจฺจาน ชีวิตํ

ความได้ผ่านพ้นอุปสรรค คือ ความล้มความตายมาแล้วจนถึงในวันนี้ นี่ก็นับว่าเป็นลาภอันหนึ่งแห่งชีวิตจิตใจของเรา และพึงทราบในขณะเดียวกันนี้ว่า ชีวิตจิตใจนี้ ไม่เป็นรูป เป็นตัว เป็นวัตถุ แต่เป็นเพียงหายใจเข้าหายใจออก เราจะวัดตัวของบุคคล หรือจะเอาความหนุ่มความแก่มาวัดก็ไม่ถูก ข้อสำคัญอยู่กับลมหายใจเท่านั้น ถ้าหายใจเข้าแล้วไม่ออก เขาก็เรียกว่า "คนตาย" ถ้าหายใจออกแล้วไม่เข้า เขาก็เรียกว่า "คนตาย" เช่นเดียวกัน คนตายย่อมไปจากคนเป็นนี้ทั้งนั้น เราเห็นอยู่ในที่ทั่วไป สัตว์ตาย สัตว์เป็น คนตาย คนเป็น เดินเข้าไปในตลาด เราจะเห็นป่าช้าของสัตว์ทั้งนั้น ทั้งสัตว์เป็นทั้งสัตว์ตาย เกลื่อนกล่นกันอยู่นี้ สัตว์เป็นก็เป็นเพื่อจะตาย สัตว์ตายก็ไปจากสัตว์เป็น อยู่ด้วยกันทั้งสัตว์ตายทั้งสัตว์เป็น เมื่อคนตายแล้วไปฝั่ง ณ ที่ใด เผา ณ ที่ใด เขาก็เรียกว่าป่าช้า แท้ที่จริงป่าช้ามีอยู่ทั่วไป แม้ในสถานที่ ๆ เรานั่งอยู่เดี๋ยวนี้ก็เป็นป่าช้าเหมือนกัน ถ้าเราหมายถึงว่า สัตว์เกิดมาแล้ว ได้ตายลงในสถานที่ใด สถานที่สัตว์ตายนั่นเอง เรียกว่า "ป่าช้า" นี่ก็ไม่เป็นของแปลก เพราะแผ่นดินทั้งแผ่นเป็นป่าช้าของสัตว์ทั้งนั้น ไม่มีสถานที่ใดที่จะว่างจากความเป็นป่าช้าของสัตว์ มนุษย์ที่เป็นกับมนุษย์ที่ตายอยู่ด้วยกันเช่นนี้แต่ไหนแต่ไรมา แม้จะเผาในวัด ๆ ก็ตาม เช่นในกรุงเทพ ฯ นี้ ไม่มีโอกาสที่จะเผาตามป่าตามรกเหมือนอย่างในชนบท เช่น บ้านป่าขาดงทั้งหลาย ประเพณีของบ้านป่าขาดอนนั้น ในเมื่อคนตายแล้วเขาก็นำศพไปเผาตามป่า จึงเรียกที่อย่างนั้นว่าป่าช้า แต่ในกรุงเทพ ฯ ของเรากลายเป็นวัดไปเสีย ไปเผาในวัดจึงไม่เรียกป่าช้า เรียกเพียงเมรุเท่านั้น เมรุก็คือป่าช้าสำหรับเผาศพนั่นเอง นี่ถ้าเราได้พิจารณาถึงสภาพเหล่านี้ ทั้งที่เป็นสังขารธรรม ผู้ที่ตายแล้วนั้นไปจากคนเป็นแล้ว ก็เป็นเหตุที่จะไม่ให้เรานิ่งนอนใจในชีวิตจิตใจของเรา ซึ่งเป็นอยู่ ณ บัดนี้ ก็เป็นอยู่เพื่อจะตายด้วยกันทั้งนั้น สิ่งใดเล่าที่เราจะพึงอบรมให้เป็นมงคลแก่จิตใจของเรา สิ่งใดเล่าที่เราจะบำเพ็ญให้เกิดให้มีขึ้นในตัวของเรา คือ ทางกาย ทางวาจา ทางใจ เพื่อให้เป็นประโยชน์แก่ตนของตน เราจึงไม่ควรนิ่งนอนใจ คำว่าบุญ นั้นหมายถึง "ความสุข" จะเป็นความสุขที่เกิดขึ้นทางใดก็ตาม ทางกายก็ตาม ทางใจก็ตาม เป็นสิ่งที่เรามุ่งปรารถนาทั้งนั้น ชื่อว่าความทุกข์แล้ว แม้จะมาสัมผัสเพียงเล็กน้อยใคร ๆ ก็ไม่ต้องการ แม้แต่สัตว์เดรัจฉานก็ไม่ต้องการ แต่มันเหลือวิสัยที่จะผ่านพ้น

ความทุกข์ไปได้ เมื่อเราคิดเห็นเหตุผลความเป็นความตาย คนเป็นคนตายไปจากคน ๆ เดียวแล้ว เราจึงไม่ควรประมาทในสกลกาย คือชีวิตจิตใจของเรานี้ เพราะว่าชีวิตจิตใจนี่น่ะ อยู่กับลมหายใจเท่านั้น ไม่มีปรอทเป็นเครื่องวัด ไม่มีอันใดที่จะวัดได้ว่า คนนั้นยังเหลืออีกเท่านั้นเท่านี้ปี คนนี้มีอายุเท่านั้น ยังอีกเท่านี้จะตาย หรือร่างกายของบุคคลนี้ยังสมบูรณ์ยังไม่ควรจะตาย หรือยังหนุ่มยังสาวอยู่จึงไม่ควรจะตายดังนี้ คาดไม่ได้ทั้งนั้น อยู่กับลมหายใจ เมื่อลมหายใจหมดแล้วในกาลใด กาลนั้นเขาก็เรียกว่าคนตายทันที แม้จะเก็บไว้ในบ้านยังไม่นำไปเผาที่ไหน เขาก็เรียกผีตายอยู่แล้ว ก็กลายเป็นผีหลอกขึ้นมาทันที แม้เป็นลูกเป็นหลานหรือเป็นลูกเป็นเต้าก็ตามแต่ก่อนก็ถือว่า เป็นพ่อ เป็นแม่ เป็นปู่ ย่า ตายาย พอชีวิตจิตใจได้ออกไปจากร่างของบุคคลนั้นเท่านั้น ก็เลยกลายเป็นผีแก่ลูกแก่หลานขึ้นมาทันที ทำให้หวาดเสียวหรือน่ากลัวไปหมดทั้งร่าง นี่ก็ไปจากคนเป็นนี่เท่านั้น เพราะฉะนั้น ผู้ที่มีสภาพที่จะแตกจะดับอยู่ทั่วสกลกายของเรา อยู่รอบด้านของเราแล้ว เรียกว่า เราอยู่ในกองเพลิง เราจะหาวิธีอุบายใด ๆ ที่จะแหวกว่ายออกจากกองเพลิงนี้ได้ จะไม่ได้เผาผลาญเราอยู่เป็นเวลานาน ผู้ที่ไม่ประมาทในเมื่อได้พิจารณาถึงเรื่องความเป็นความตายอันนี้ ซึ่งไม่เป็นสาระแก่นสารทั้งใคร ๆ ไม่ต้องการแต่เมื่อได้ยึดถือความตายเหล่านี้ หรือความแก่ ความสลาย ความทำลาย ความแปรสภาพเหล่านี้เป็นหลักใจ เป็นนิมิตเครื่องเตือนจิตใจอยู่เสมอแล้ว ก็สามารถที่จะบำเพ็ญตนของตนให้เป็นประโยชน์ขึ้น ด้วยอำนาจสิ่งที่ไม่เป็นแก่นสาร เพราะความตายใคร ๆ ไม่ต้องการ เช่นอย่างพระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า "ชาติปิ ทุกฺขา ชราปิ ทุกฺขา" ดังนี้เป็นต้น ท่านก็ตรัสว่าเป็นอริยสัจ ความเป็นความตายใครจะต้องการเล่า พระพุทธเจ้าทำไมท่านจึงแสดงอย่างนี้ ท่านแสดงอย่างนี้ ท่านมิได้หมายให้เอาความตายนั้นมาเป็นสมบัติของตน หมายถึงว่า ให้พิจารณาถึงเรื่องความตายแล้วจะเป็นเหตุให้ไม่ประมาท จะได้บำเพ็ญคุณงามความดี สิ่งใดที่เป็นประโยชน์แก่ตนแล้ว จะได้ขวนขวายรีบเร่งในเมื่อชีวิตยังมีอยู่ เมื่อชีวิตจิตใจหาไม่แล้วทำเท่าไรก็ยุติลงเพียงเท่านั้น ทำได้มากก็ตาม ทำได้น้อยก็ตาม เมื่อจิตใจของเราหมดเมื่อใดแล้วเราก็ต้องยุติ คือหยุดเราได้มากได้น้อย เราก็เสวยผลตามกำลังแห่งกรรมที่ได้ทำไว้แล้ว มากน้อยตามกำลังของเรา เพราะเหตุนั้น ในบทที่สองที่ท่านว่า "กิจฺฉํ มจฺจาน ชีวิตํ" ชีวิต

เป็นของหาได้ยากนี้ คือหาได้ยากในกาลที่บุคคลได้มีคุณงามความดี ที่จะให้สัมพันธ์เกี่ยวเนื่องไปกับชีวิตจิตใจของตนประจำวัน ๆ อย่าได้มีความประมาทนอนใจ ในวันหนึ่ง ๆ อย่างน้อยที่สุดจะไม่ได้ทำอะไรเลย ก็ขอให้ได้ไหว้พระสวดมนต์ นอนก็ขอให้นอนกับคำว่า พุทโธ ธัมโม สังโฆ หรือกำหนดลมหายใจ เป็นบทธรรมะเข้ากับจิตใจของเรา เมื่อเวลาหลับไปก็จะได้ไม่ฝันลามกต่าง ๆ หรือขาดใจตายเสียในขณะที่เรานอนหลับก็ให้เป็น "สุคโต" คือไปดีด้วยอำนาจแห่งพุทโธ ธัมโม สังโฆ เป็นบทธรรมที่ดีเป็นเครื่องกำกับจิตใจของเราให้ไปสู่ที่ดีได้ นี่การอบรมจิตใจเป็นผลเป็นประโยชน์เช่นนี้ นี่เป็นบทที่สอง ในอันดับที่สามว่า

กิจฺฉํ สทฺธมฺมสฺสวนํ

การได้ฟังพระธรรมเทศนานั้น ท่านว่าเป็นของยาก คำว่า เป็นของยากนั้นยากสำหรับบุคคลที่ไม่อยากฟัง สำหรับบุคคลในสมัยนี้ ธรรมะคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าได้ประกาศไว้กว่า ๒๕๑๙ ปีแล้ว ไม่ปรากฏว่ามีความบกพร่องในทางศีลก็ดี ในทางสมาธิก็ดี ในทางปัญญาก็ดี ๘๔,๐๐๐ พระธรรมขันธ์ ล้วนแล้วแต่เป็นธรรมะซึ่งเป็น "สวากขาตธรรม" ที่พระองค์ทรงกล่าวไว้ดีแล้วทั้งนั้น เหตุใดท่านจึงกล่าวว่า ยากสำหรับในสมัยนี้ แต่ในสมัยที่ไม่มีพระพุทธเจ้า ไม่มีธรรมะ ไม่มีใครสามารถที่จะมาแสดงได้นั้น นั่นนับว่ายาก ยกให้ว่าเป็นของยากจริง แต่จะยากอยู่ตลอดกาลนั้น ไม่ใช่เช่นนั้น ยากสำหรับเราที่จะไม่มีโอกาสความไม่พอใจ โลกมันบังคับจิตใจท่วมถมจิตใจไม่ให้มีเวล่ำเวลาที่จะสดับตรับฟัง คือ ตรองดูเหตุดูผล ดูความล้มความตาย ความแก่ความทรมาน ความทุกข์ซึ่งมีภายในกายภายในใจของตนเหล่านี้ นี่เรียกว่าพระธรรมเทศนาทั้งนั้น เราไม่มีโอกาสที่จะสดับตรับฟังจากพระท่านเทศน์ โอกาสที่ได้พิจารณาสกลกายความเป็นอยู่ ซึ่งมันเดินอยู่ตลอดเวลา ในรอบด้านแห่งสกลกายของเรา ไม่มีด้านไหนที่จะไม่แก่ ไม่มีด้านไหนที่จะไม่เจ็บ ไม่มีด้านไหนที่จะไม่ตายมันแตกมันดับด้วยกันทั้งนั้น แปรสภาพอยู่ทุกส่วนทุกอวัยวะซึ่งมีอยู่ในร่างกายนี้ นี่การที่เราฟังธรรมะเป็นของหายากนั้น หมายถึงยากเพราะอำนาจแห่งจิตใจของเรามันถูกกิเลส ตัณหา อาสวะผูกมัดรัดดึงฉุดลากไปในสถานที่ไม่ควร ถ้าจะฝืนในทางธรรมะแล้ว มันฝืนยากฝืนลำบากนี่ละ การที่จะฟังธรรมะมันเป็นของยากอย่างนี้ สำหรับสมัยปัจจุบัน เพราะสมัยนี้ธรรมะ

คำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าได้ทรงประกาศไว้แล้ว เพราะเหตุนั้น เราจงพยายามฝืนจิตใจของเรา ไตร่ตรองดูความเป็นอยู่ เราไม่ต้องมองดูนอกก็ได้ ถ้าหากมองดูนอกมันเป็นของลำบาก ให้เรามองดูตัวของเรานี่แหละ อริยสัจก็จะเต็มไปในกายในใจของเราทั้งนั้น จะประกาศอยู่ทั้งกลางวันกลางคืน ทั้ง ยืน เดิน นั่ง นอน จะมีแต่อริยสัจทั้งนั้น อริยสัจทั้งนี้ล้วนแล้วแต่เป็นธรรมะคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าทุก ๆ พระองค์ ที่จะปรากฏพระองค์ขึ้นมาได้ว่า **เป็นพุทธะ** เป็นศาสดาของโลกก็ดี พระสาวกทั้งหลายที่จะปรากฏองค์ว่า เป็นสาวกของพระพุทธเจ้า และมาปรากฏองค์ของท่านว่า เป็นสรณะของเราทั้งหลายก็ดี ล้วนแล้วแต่ท่านได้พิจารณาเรื่องอริยสัจจธรรมทั้งสี่ ซึ่งมีอยู่รอบตัวของท่านนี้ได้โดยชัดเจนแจ่มแจ้ง จนรู้เห็นตามเป็นจริงในสภาวธรรมทั้งหลาย สิ่งทั้งหลายที่เห็นว่า เป็นข้าศึกแต่ก่อน มีชาติความเกิด ชราความแก่และมรณะความตายเป็นต้นเหล่านี้ ก็ได้กลายเป็นคู่มิตร กลายเป็นคติธรรมดา เพราะท่านเห็นตามเป็นจริงในสภาวธรรมทั้งหลายแล้ว ไม่มีการตำหนิโทษ ในสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ เพราะเขาเป็นอยู่เช่นนี้ ในเมื่อทางเดินของวัฏฏะมันมีอยู่ตราบใด เรื่องความเกิด ความแก่ ความเจ็บและความตาย ซึ่งเป็นผลของวัฏฏะ มันต้องแสดงอยู่ตราบนั้น ทางเดินของวัฏฏะคืออะไรเล่าเราจะหาที่อื่นที่ไหนไม่ได้อีกเหมือนกัน นอกจากเราจะดูหัวใจของเรา ซึ่งเป็นตัววัฏฏจักรเท่านั้น เพราะเหตุใดจึงว่าหัวใจของเรา เป็นวัฏฏจักร โลภะเล่าเกิดมาจากไหน คนตายแล้วไม่มีความโลภ คนตายแล้วไม่มีความโกรธ คนตายแล้วไม่มีความหลง คนตายแล้วไม่มีความรัก ความชัง ไม่มีความอิจฉาบังเบียดใคร ๆ ทั้งนั้น ไม่เป็นกิเลสตัณหาแก่คนตาย มันเกิดขึ้นแต่หัวใจดวงนี้เท่านั้น คำว่าเกิดนั้น หมายถึงใจดวงนี้ไปก่อกำเนิดเกิดมา ในสถานที่ต่าง ๆ แล้วแต่อำนาจแห่งกรรมของตนที่ได้ทำไว้แล้ว กดดันหัวใจดวงนั้นเอง ให้ไปเกิดในสถานที่นั้นเมื่อไปปรากฏในสถานที่ใด รูปกายอันใดจะเป็นสัตว์ก็ตาม บุคคลก็ตาม ท่านก็เรียกว่า มันเป็นผลแห่งวัฏฏะ มันแสดงตัวขึ้นมาแล้วให้เป็นรูป เป็นกาย เป็นหญิง เป็นชาย นี้ท่านเรียกว่า ความเกิด เมื่อเกิดขึ้นมาแล้วเช่นนี้ ความแก่เราไม่ต้องถาม มันก็ต้องเป็นเงาขึ้นมาตามตัวกับความเกิดนั้น ความเกิดความตายเมื่อเราได้สร้างบ้านสร้างเรือนให้เขาแล้ว ความทุกข์ทรมานเราจะขับไล่ไสส่งเขาไปไหนเล่า บ้านเรือนก็คือกายนี้เอง เป็นบ้านเป็นเรือนของทุกข์ เหตุที่

จะเป็นบ้านเป็นเรือนขึ้นมา ก็เพราะนายช่าง นายช่างก็คือตัณหา ตัณหาก็ออกจากความหลงโลกนั่นเอง หลงในความที่เราเคยเจ็บ เคยแก่ เคยตายเท่าไร ก็เข้าใจว่าจะดีอยู่นั่นแหละ มันก็กดดันให้เป็นอยู่เช่นนี้ นี่ท่านเรียกว่าวัฏฏะ มันออกมาจากหัวใจดวงนี้ ทีนี้เมื่อมันปรากฏเป็นความเกิด ความแก่ ความเจ็บ ความตาย เรียกว่า เป็นผลของวัฏฏจักร มันแสดงตัวขึ้นมารอบด้าน ผู้ที่จะยกตนของตนให้พ้นจากกองทุกข์ จำเป็นจะต้องพิจารณาสภาพนี้ ที่มีอยู่รอบด้านทุก ๆ ท่าน ให้เห็นไปวันละเล็กละน้อย ไตร่ตรองอยู่เสมอ นี่เรียกว่าพึ่งธรรมะ เราจะพึ่งพระธรรมเทศนาจากพระ ก็เป็นธรรมะคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า พึ่งในทางสถานีวิทยุกระจายเสียง ก็เป็นธรรมะคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า เราจักพึ่งจักตรองดูตามเหตุตามผล ในความเป็นอยู่ของตนและความเป็นอยู่ของธรรมะ ที่ได้ผ่านเห็นในทางตาก็ดี ทางหูก็ดี ได้ยินเสียงก็ดี เสียงดีก็ดี เสียงไม่ดีก็ดี เสียงร้องไห้ก็ดี เสียงหัวเราะก็ดี ได้ยินข่าวว่าเขาตายก็ดี ได้ยินข่าวว่าเขาเจ็บก็ดี ได้ยินข่าวว่าเขาฝั่งที่ไหน เผาที่ไหนก็ดี มันล้วนแล้วแต่เป็นอริยสัจจัดเป็นธรรมะที่ออกมาจากหัวใจ ซึ่งเป็นตัวของวัฏฏะทั้งนั้น เมื่อเราพิจารณาเห็นสภาพความเป็นอยู่ของโลก ตามความเป็นจริงเช่นนี้แล้ว ใครจะอยากมาอยู่ในกะทะแห่งกองทุกข์นี้ มันร้อนระอุอยู่ตลอดเวลา โลกนี้ใครจะมาอยู่ให้ร่มเย็นเป็นสุขเป็นอิสระเสรีแล้ว มันเป็นไม่ได้สักรายเดียว โลกอันนี้มันต้องเป็นอย่างนั้น นี่การพิจารณาให้เห็นโทษแห่งความเกิด โทษแห่งความทุกข์ ต้องดูความทุกข์ของเรา ถ้าเราไม่เห็นโทษของเราแล้ว เราจะไม่มีโอกาสเห็นโทษ ซึ่งมันเกิดขึ้นจากความทุกข์นั้น และจะเห็นคุณในการที่เราจะก้าวพ้นไปจากความทุกข์ไม่ได้ เพราะเหตุนั้น องค์สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้าก็ดี พระอริยสาวกก็ดี ท่านจึงถืออริยสัจจธรรมทั้งสี่นี้ เป็นของประเสริฐสุดประจำศาสนาของท่าน และเป็นหนทางที่บรรดาสัตว์จะไต่เต้าไปตามอริยสัจจธรรมทั้งสี่นี้ ให้ถึงแดนอันเกษม ได้แก่วิมุติพระนิพพาน คำว่า วิมุตติก็คือ ความหลุดพ้นจากสิ่งทั้งหลายเหล่านี้เอง จิตใจที่เต็มด้วยความโลภ ความโกรธ ความหลงในเมื่อได้ถูกซักฟอกด้วยปัญญา ถูกอบรมด้วยอำนาจแห่งคุณงามความดี เริ่มต้นตั้งแต่ ทาน ศีล ภาวนา ขึ้นไปตามลำดับ ๆ จนมีความสามารถแก่กล้าแล้ว ก็สามารถที่จะตัดหัวใจ คือวัฏฏะอันเต็มไปด้วยอวิชชาอันนี้ ให้พ้นไปจากอวิชชาความหลงตนไปเสียได้ กลายเป็นความรู้ขึ้นมาอย่างล้วน ๆ ไม่มีอันใดที่จะเคลือบแฝงต่อไป นั้นท่านเรียกว่าพระนิพพาน ใครจะตั้งชื่อ

หรือไม่ตั้งก็ตาม ในเมื่อถึงจุดนั้นแล้ว เป็นความรู้ที่เรียกว่า ความรู้ในหลักธรรมชาติแท้ ไม่ใช่ว่าจะมีอยู่เฉพาะผู้ได้พระนิพพานเท่านั้น คนเราและสัตว์ที่ยังไม่ถึงพระนิพพาน ความรู้ที่เป็นเชื้อเดิมที่จะรับรู้สิ่งทั้งหลายก็ยังมีอยู่ประจำ เช่นเมื่อเด็กเกิดขึ้นมาใหม่ ๆ ตกคลอดออกมาจากท้องแม่ใหม่ ๆ นั้นน่ะเขาได้รู้ได้เรียนอะไรบ้าง เช่น รสหรือชื่อของรส มีรสหวานรสเค็มเป็นต้น ไม่มีใครได้มีโอกาสเรียนทั้งนั้น ทีนี้เมื่อเขาดื่มนม เขาจะต้องรู้รสหวานรสเปรี้ยวหรืออะไรก็ดี หรือเมื่อเขาจะรับประทานอาหารเพราะความหิว เขาจะแสดงอาการอย่างไรขึ้นมาให้เราทราบอีก เวลาเขาอิ่มแล้ว ก็แสดงอาการให้เราทราบ เราจะฝืนให้เขารับอีกเขาไม่ยอมรับ นี่แสดงว่า ความรู้ในหลักธรรมชาติ เริ่มแสดงออกมาให้รู้ ตั้งแต่เมื่อเด็กจนกระทั่งถึงเราทั้งหลายนี้ก็เหมือนกัน เช่น เราได้สิ่งต่าง ๆ มีขนมเป็นต้นมาจากเมืองนอก เราไม่เคยรู้เลยว่า ขนมอันนี้เป็นชื่ออะไร แต่เมื่อได้เข้าไปสัมผัสกับลิ้นแล้ว ลิ้นจะบอกทีเดียวว่าขนมประเภทนี้เป็นอย่างไร ลิ้นจะตัดสินขึ้นมาเอง นี่คือความรู้ในหลักธรรมชาติ แต่เป็นความรู้ชั้นสามัญธรรมะคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ก็เป็นธรรมะในหลักธรรมชาติ มีอยู่ในตัวของเราทุก ๆ ท่านขอแต่เราได้อบรมพินิจพิจารณา ฟังธรรมะในตัวของเรานี้แล้ว ความรู้ของเรา ก็จะค่อยกลายเป็นความรู้ที่เต็มไปด้วยเหตุผล และรอบคอบในตัวเอง จนสามารถยกฐานะของตนขึ้นสู่ความรู้ธรรมชาติชั้นวิสามัญได้เช่นเดียวกับพระพุทธเจ้าและพระสาวกทั้งหลายฉะนั้น ในอันดับที่สี่ว่า

กิจฺโฉ พุทฺธานมุปฺปาโท

ในเมื่อเราได้ขวนขวายอบรมพินิจพิจารณาฟังพระธรรมเทศนา ซึ่งเป็นของหาได้ยากนี้ พยายามทำให้เป็นของที่ง่ายเกิดขึ้นในตัวของเรา จนกระทั่งในใจของเรามีความดูดดื่มที่จะฟังพระธรรมเทศนา ทั้งภายนอกภายในอยู่ทุกเวลาแล้ว คำว่า "พุทโธ" ซึ่งเป็นของที่จะเกิดขึ้นได้ยากนั้น จะปรากฏขึ้นในหัวใจของเรา คำว่า "พุทโธ" นี้แยกได้ ๓ ประเภท คือ

พุทโธ ซึ่งเป็นของพระพุทธเจ้า ที่อุบัติขึ้นในโลกนี้แต่ละครั้ง ๆ แต่ละพระองค์ ๆ เป็นของหาได้ยากอย่างหนึ่ง

พุทโธ ที่เกิดขึ้นเป็นธรรมชาติที่บริสุทธิ์ ของพระสาวกทั้งหลายนั้น ก็เป็นของที่หาได้ยากอย่างหนึ่ง

พุทโธ ของสามัญสัตว์ ผู้อยู่ภายใต้อำนาจกิเลส จัดเป็นพุทโธที่หาได้ง่ายประเภทหนึ่ง

เพราะเหตุใดเล่า เพราะพุทโธอันนี้ได้ถูกกิเลส ตัณหา อาสวะควบคุมหุ้มห่อไว้ หรือกดขี่บังคับไว้ ไม่ให้แสดงตัวออกมาเป็นอิสระเสรีได้ ในเมื่อจิต คือความรู้ประเภทนี้ไม่สามารถที่จะหลุดพ้น คือยกตนออกจากโคลนตม กล่าวคือกิเลสอาสวะได้แล้ว ธรรมชาตินี้จะรู้เหตุรู้ผลในสภาวธรรมทั้งหลาย ที่เป็นจริงตลอดเวลาได้อย่างไรเล่า เมื่อธรรมชาติอันนี้ได้ถูกพินิจพิจารณาขัดเกลาอยู่เสมอ ด้วยการอบรมคุณงามความดี เริ่มต้นตั้งแต่สมาคมกับนักปราชญ์บัณฑิต ผู้ฉลาดในทางแก้ไขตนของตนให้พ้นอุปสรรค ไม่ว่าอุปสรรคภายนอกอุปสรรคภายในแล้ว ก็จะเป็นปัจจัยให้ตนของตนได้มีความรักความชอบในคุณงามความดี แล้วก็บำเพ็ญตนของตนตามความสามารถ จนเกิดความชำนิชำนาญหรือความติดใจพอใจในการที่จะบำเพ็ญตนของตน ถึงกับว่าวันหนึ่ง ๆ ถ้าไม่ได้ให้ทานแล้วอยู่ไม่ได้ ไม่ได้รักษาศีลแล้วอยู่ไม่ได้ ไม่ได้เจริญเมตตาภาวนาเสียอย่างนี้อยู่ไม่ได้ เมื่อใจของเราได้มีความพอใจถึงขนาดนี้ จนสามารถพินิจพิจารณา หรือพึ่งธรรมะโดยอัตโนมัติ ซึ่งเป็นของปรากฏอยู่ภายในกายในใจของตนเองได้ จนชัดเจนแจ่มแจ้งแล้ว พุทโธ คือธรรมชาติที่รู้ ซึ่งถูกกดขี่ด้วยอำนาจกิเลสนี้ ก็จะค่อยโผล่ขึ้นมาเป็นลำดับ ๆ จนกระทั่งได้มีความรู้ความสามารถอย่างเต็มที่แล้วถอดถอนสิ่งที่เป็นข้าศึก ออกจากจิตใจของตนเสียได้โดยสิ้นเชิง ไม่มีอะไรเหลือนั่นแล พุทโธที่เป็นของหาได้ยากนั้น จะปรากฏเป็นพุทโธที่แท้จริงสำหรับตัวของเรา นี่เมื่อแยกออกไป คำว่า **"พุทโธ"** เป็นของพระพุทธเจ้านั้น เป็นพุทโธประเภทหนึ่ง **"ธัมโม"** ซึ่งเป็นของพระพุทธเจ้านั้น ก็เป็นธรรมะประเภทหนึ่ง เป็นสมบัติของพระพุทธเจ้า **"สังโฆ"** ในประเภทที่สาม ซึ่งเป็นสาวกของพระพุทธเจ้านั้น ก็เป็นสังโฆของท่าน เป็นสาวกของท่าน ในเมื่อเราได้มีความอุตส่าห์พยายามขยันหมั่นเพียร ได้หยิบยืมต้นทุนจากพระพุทธเจ้า คือ **"พุทธะ"** ดวงนั้น มาเข้ากับจิตใจของเรา ได้หยิบยืมธรรมะคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้ามาเป็นเครื่องชี้ช่องบอกทาง เป็นเครื่องประพฤติปฏิบัติตามให้เป็นธรรมะของเราขึ้นมา เราพยายามหยิบยืม สังโฆ คือ ข้อปฏิบัติของพระสาวก ตั้งแต่สุปฏิปันโน เป็นลำดับ ๆ ไป น้อมเข้ามาเป็นข้อปฏิบัติของตน ผลรายได้ที่หยิบยืมมาจาก พุทธะ ธรรมะ สังฆะ ของพระศาสนาเข้ามาเป็นสมบัติ

ของเรา จนกระทั่งเราปรากฏมีทุนรอน สามารถตั้งเนื้อตั้งตัวได้ จนพุทธะที่บริสุทธิ์ปรากฏขึ้นมาที่ใจของเราเป็น พุทธวิมุติ หมายถึงพุทธะที่หลุดพ้นจากสิ่งแวดล้อมทั้งหลายได้ ธรรมะคือความอัศจรรย์ซึ่งเกิดขึ้นจากความบริสุทธิ์ของดวงใจนั้น ก็จะเป็นธรรมะของเราอย่างแท้จริง สังฆะ คือ เป็นผู้ทรงไว้ซึ่ง พุทธะ กับ ธรรมะ อันบริสุทธิ์และประเสริฐหรือเป็นเจ้าของแห่งพุทธะ กับ ธรรมะอันวิเศษนั้นก็กลายเป็น พุทธะ ธรรมะ สังฆะ ของเรานี้แหละเราบำเพ็ญตามพระศาสนา บำเพ็ญตามพระผู้มีพระภาคเจ้า ตามพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ตามพระสงฆ์ที่เป็นสาวกของพระพุทธเจ้า สมบัติทั้ง ๓ ประการนั้น ก็กลายมาเป็นสมบัติของเรานี่สมกับชื่อที่มาในบทที่ว่า

กิจฺโฉ พุทฺธานมุปฺปาโท

ความอุบัติตรัสขึ้นแห่งท่านผู้รู้ทั้งหลาย เป็นของหาได้ยากนั้น เราพยายามทำผู้รู้อันนี้ให้ปรากฏขึ้นที่ใจของเรา เราแลก็จะเป็นผู้ที่ได้ชื่อว่า "ทรงไว้ซึ่งสมบัติอันล้ำค่า"

วันนี้ได้แสดงถึงเรื่องธรรมะตั้งแต่

กิจฺโฉ มนุสฺสปฏิลาโภ กล่าวถึงความเป็นมนุษย์เป็นของหาได้ยาก เราทั้งหลายเป็นผู้ที่เรียกว่า เกิดขึ้นมาพบกองสมบัติแห่งมนุษย์แล้ว

กิจฺฉํ มจฺจาน ชีวิตํ ความมีชีวิตมาตั้งแต่ต้นจนถึงเดี๋ยวนี้ ก็จัดว่าเป็นบุญลาภของเรา

กิจฺฉํ สทฺธมฺมสฺสวนํ การฟังธรรมะที่ว่าเป็นของหาได้ยากนั้น เราทั้งหลายก็ได้ฟังอยู่แล้ว ณ โอกาสนี้ และต่างท่านต่างก็ได้อบรมพินิจพิจารณาถึงเรื่องสังขารธรรม ทั้งภายนอกภายใน จัดว่าเป็นปัจจัยแต่ละอย่าง ๆ แห่งการฟังธรรมะคำสอนของพระพุทธเจ้าอย่างแท้จริง และในบทสุดท้าย คำว่า

กิจฺโฉ พุทฺธานมุปฺปาโท ความอุบัติตรัสขึ้นแห่งผู้มีความบริสุทธิ์แห่งใจที่เป็นอิสระเสรี พ้นจากกิเลสอาสวะตัณหาทั้งหลายนั้น ก็จะกลายเป็นของเราขึ้นมา

เพราะเหตุนั้น บรรดาท่านผู้ฟังทั้งหลาย ในเมื่อได้ฟังแล้วโปรดได้นำไปพินิจพิจารณาน้อมธรรมะทั้งสามสี่ข้อนี้ เข้ามาสู่ตัวของเราให้เป็น "โอปนยิโก" ให้เป็นผลเป็นประโยชน์สำหรับตัวของเรา คำว่า "สนฺทิฏฺฐิโก" ได้แก่ความรู้เองเห็นเองนั้น หมายถึง

สันทิฏฐิโก ชั้นต่ำก็มี ชั้นกลางก็มี ชั้นละเอียดสูงสุดก็มี สันทิฏฐิโก เริ่มจะปรากฏตั้งแต่เราอุตสาห์บำเพ็ญทาน รักษาศีลและเจริญภาวนา เป็นลำดับมา เป็นธรรมะที่เราจะรู้ในตัวของเราว่าตั้งแต่ก่อนเราไม่เคยให้ทาน แต่ก่อนเราไม่มีศรัทธาเชื่อในพระศาสนา เชื่อในบุญในกรรม มาบัดนี้เราได้เชื่อแล้ว เราได้เห็นประจักษ์กับใจของเราแล้วว่า เราได้ให้ทาน เราได้รักษาศีล เราได้เจริญภาวนา นี่ก็เป็นสันทิฏฐิโก ความเห็นเองด้วยตนเอง

อนึ่งเราได้อบรมภาวนา บังคับจิตใจของเราให้อยู่ในอำนาจ กดขี่ด้วยสติ ไตร่-ตรองด้วยปัญญา บังคับบัญชาจิตของเราให้อยู่ในอารมณ์อันเดียวกัน จะปรากฏเป็นอารมณ์ที่สงบขึ้นมา และจะปรากฏเป็นความสุขขึ้นมาเป็นลำดับ นี่ก็จัดว่าเป็น สันทิฏฐิโก ของเราประเภทหนึ่ง จนกระทั่งมีความรู้ความฉลาด สามารถแก้ไขจิตใจของตน ให้หลุดพ้นจากสิ่งแวดล้อมทั้งหลาย เป็นสันทิฏฐิโกอย่างยอดเยี่ยมขึ้นมาที่ตัวของเรา นี่แหละเป็นผลแห่งการปฏิบัติธรรมะ ให้น้อมเข้ามาสู่ตัวเสมอ ให้โอปนยิโก สิ่งที่เราเห็นด้วยตา สิ่งใดที่เราฟังด้วยหู จะเป็นเสียงดีหรือชั่วก็ตาม ให้น้อมเข้ามาเป็นเครื่องพร่ำสอนตนเอง หมั่นพินิจพิจารณาให้ได้รับผลประโยชน์จากสิ่งที่ผ่านมาทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกายของเรา เราจะได้ไม่เสียทีที่เราเกิดมาเป็นมนุษย์ ได้พบลาภอันประเสริฐ และไม่เสียทีที่เกิดมาพบพระพุทธศาสนา คำว่า "**พุทโธ**" ที่บริสุทธิ์นั้น จะได้กลายเป็นของเรา เป็นสมบัติของเราทุก ๆ ท่าน

ในอวสานการเป็นที่จบลงแห่งพระธรรมเทศนา ขอบุญญานุภาพแห่งองค์สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้าพร้อมทั้งพระธรรม และพระสงฆ์ จงมาปกเกล้าเหล่าท่านพุทธศาสนิกชนทั้งหลายให้มีความสุขกายสบายใจ และท่านทั้งหลายมีความมุ่งมาดปรารถนาสิ่งใด ขอความปรารถนานั้น ๆ จงสำเร็จแด่ท่านทั้งหลายทุก ๆ ท่าน เทอญ เอวํก็มี ด้วยประการฉะนี้

ธรรมบรรยาย

โดยท่านอาจารย์มหาเนียม สุวโจ

วัดพุทธิการาม อ. หาดใหญ่ จ. สงขลา

คำสอนของพระพุทธเจ้าเรียกว่าโอวาท ที่บรรจงประกาศไว้มีมาก เมื่อรวมกล่าวได้แก่ความไม่ประมาท คือใจที่อยู่ไม่ปราศจากสติ สติท่านอุปมาไว้คล้ายหางเสือ เป็นเครื่องควบคุมเรือให้เดินได้ตามทิศทาง ไม่ให้อับปางลงในมหาสมุทรเสียก่อน เรือเหมือนอัตภาพร่างกายของคน พร้อมทั้งจิตมีสติควบคุมรักษา ให้คิดนึกไปในทางที่ดี จิตที่มีสติรักษาให้ปัญญาคือความฉลาด ทำกิจที่เป็นประโยชน์แก่ตนและบุคคลอื่น ความฉลาดทางจิตนึกคิดไม่ผิดหลักธรรม ที่เรียกว่าสัมมาสังกัปปะ คือความดำริชอบ ดำริออกจากความเสื่อม ดำเนินเดินไปตามทางความเจริญ เช่นความเจริญด้วยปัญญา ที่เป็นโลกิยปัญญา ปรากฏด้วยการทำ มีวิธีการศึกษาศิลปวิทยา ความฉลาดในศิลปต่าง ๆ ทางโลก น้อมวิชามาใช้ให้สมกับปัญญาที่ได้ศึกษามา เช่นวิชาทางแพทย์ มีความฉลาดรู้ในสรีรศาสตร์ สามารถรักษาโรคในกายให้หาย ในเมื่อร่างกายนั้นยังพอแก้ไขได้ แต่ไม่สามารถจะแก้ไขร่างกายไม่ให้ตายได้

ฝ่ายปัญญาทางศาสนา สามารถแก้ไขจิตใจไม่ให้ตายจากความดี ความดีที่บุคคลกระทำไว้นั้นไม่สลาย ปรากฏให้โลกเห็นอยู่ตลอดกาลเป็นนิตย์ ความดีที่มนุษย์อาศัยกันในระหว่าง บิดามารดากับบุตรธิดา มารดาบิดาอุปการะบุตรธิดาก่อน มีการเลี้ยงรักษาบุตรธิดาของตน ตั้งแต่เล็กจนเติบโต ให้วิชาความรู้สามารถช่วยตนได้ ส่วนบุตรธิดา เมื่อได้รับเลี้ยงรักษามา มีสติระลึกความดีที่ท่านได้รักษาตนมา ปฏิการตอบมีเลี้ยงท่านตอบ ด้วยการให้อาหาร เสื้อผ้า ยารักษาโรคในกาย หรือให้ที่อยู่ที่อาศัย ไม่ขัดใจท่าน กิจการบางอย่างบางประการท่านทำไม่ได้ ช่วยทำกิจทุกประการแทนท่าน ประพฤติดำรงวงศ์สกุลไว้ไม่ให้เสื่อม เช่นสกุลของตนเป็นสกุลที่ตั้งอยู่ในธรรม มีการบริจาคทาน เป็นการแผ่เมตตา ปรารถนาให้สิ่งที่เป็นประโยชน์แก่ผู้ประพฤติธรรม การประพฤติธรรมมีการไม่เบียดเบียนสัตว์และบุคคลอื่นให้เดือดร้อน เป็นคำสอนของนักปราชญ์ มีความฉลาดเหนือกว่าชาวโลกทั้งหลาย ท่านได้รู้

ความจริงทั้งหมดว่า สรีรร่างกายของทุกรูปทุกนาม ต้องแตกสลายเหมือนกันหมด บุตรธิดามีปัญญาพิจารณาตามคำสอน ไม่เดือดร้อนเมื่อท่านผู้มีพระคุณความดีต้องจากไป จึงสนใจในการทำความดีต่อท่าน ให้สมกับความปรารถนาไว้ในเมื่อท่านหมดชีวิต จึงทำบุญอุทิศส่วนบุญอันเกิดจากการบำเพ็ญทานให้ท่านผู้สมควรรับทานของตน และปฏิบัติศีลอันเป็นจารีตประเพณีที่บัณฑิตทั้งหลายได้บำเพ็ญมา และบำเพ็ญภาวนาอบรมจิตใจ ด้วยการสดับรับฟังในหลักการที่ควรฟัง ด้วยตั้งใจฟัง ใช้สติพิจารณาให้เกิดปัญญาความฉลาด น้อมไปตามที่แสดงเห็นแจ้งชัดในใจของตนว่าทุกคนที่เกิดมา มีสภาวะที่เป็นจริงที่เรียกว่า มีความเจริญหรือเกิดขึ้นในเบื้องต้น มีความแปรปรวนในท่ามกลาง และดับสลายในที่สุด อาการของการเปลี่ยนแปลงหรือแปรปรวนนั้น เรียกว่าชราความแก่แห่งร่างกาย ตาที่เคยดูได้ไกล กลับพร่ามัวมองไม่เห็นเลยก็มี หูหน้าที่ฟังเสียงได้ กลายเป็นฟังไม่ได้ยิน นี้เป็นหลักธรรมดาที่จะต้องเสื่อมต้องสิ้นไปเช่นนั้น รูปขันธ์ทุกส่วนล้วนเป็นไปเช่นนั้นเหมือนกันหมด ผู้มีสติกำหนดพิจารณาเห็นชัดตัดความสงสัยในร่างกายของตนและบุคคลอื่น ใครจะฝืนความเปลี่ยนและดับแห่งร่างกายไม่ได้เลย ผู้ได้ฟังหลักธรรมที่พระองค์ได้แสดงไว้ด้วยพระวาจาว่า

สพฺเพสงฺขารา อนิจฺจาติ ยทา ปญฺญาย ปสฺสติ
อถ นิพฺพินฺทติ ทุกฺเข เอส มคฺโค วิสุทฺธิยา

แปลความว่า สังขารทั้งหลาย ที่บุคคลกระทำเป็น ต้นไม้ รถ เรือน หรือรูปวัตถุอื่น มีอาการเปลี่ยนแปลงไปในที่สุดใช้ไม่ได้ ต้องถอดทิ้งเป็นเศษเหล็กก็มีเศษไม้ก็มี สรีรร่างกายก็กลายเป็นกระดูกขาว ๆ ผู้มีความเข้าใจตามที่พระพุทธเจ้าตรัส เกิดความเบื่อหน่ายในร่างกายของตน ที่ทนอยู่ได้ด้วยวิธีแก้ไขได้ เวลาไม่สบายใช้ยารักษาให้เป็นมายาไปไหนมาไหนได้ตามกาลตามเวลาของอายุไขในอวสาน ท่านได้สอนให้พิจารณาทุกวันทุกเวลา เพราะเหตุการณ์ผ่านทางสายตา ให้น้อมมาพิจารณาใช่ของที่ยากไม่ มีแสดงให้ปรากฏอยู่เป็นนิตย์ เป็นกิจเนื่องกันกับตน ในเวลาบุคคลตายไม่มีลมหายใจ ไม่ต่างอะไรกับท่อนไม้ ทั้งนอนกับที่ไม่มีอุบายวิธีจะช่วยได้ นอกจากบำเพ็ญอุทิศ เหมือนที่คณะเจ้าภาพได้กระทำแล้วนี้

โรงพิมพ์ชวนพิมพ์ ๑๑๒-๑๑๖ ถนนบริพัตร สำราญราษฎร์ กรุงเทพมหานคร โทร.๘๑๐๕๔๑ นายชวน ศรสงคราม ผู้พิมพ์ผู้โฆษณา พ.ศ. ๒๕๑๖